

新時代のコーチングの基礎から実践



Power Skills 8PDU

対面&リモート混在の現代に！

プロジェクトマネジメント (PDU取得対応)

コーチングの語源

活用領域：

- ・スポーツ選手の指導
- ・ビジネスや個人の目標達成の支援

(交流分析や神経言語プログラミングなどの心理的手法)



近年ではビジネスの世界でもコーチングが用いられるようになっており、対象者のモチベーションを引き上げ、能力を最大限まで高めるコミュニケーション方法として注目されています。

手取り足取り教えなくても、部下が自分で答えを導き出せるように導き、部下が仕事に対して積極的に行動できるように導き、上司と部下とのコミュニケーションが円滑になるようにしていきましょう！

POINT 01

講義映像 + 実践的な演習中心

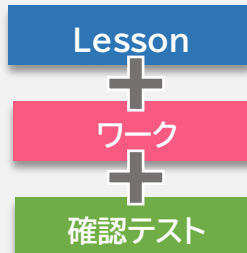
5分未満の講義映像を中心に、多数の映像や演習で構成されています。



POINT 02

Lesson + ワーク + 確認テスト

Lesson、ワーク、確認テストの構成となっており、学習事項のアウトプットができます。



POINT 03

模擬演技可能な環境

映像や音声を記録・再生しながら実施するワークがあり、実演することができます。



コース概要

この学習により、人間関係の向上、目標達成の加速、自己成長の促進が可能となります。
コーチングの習得は、リーダーシップや効果的なコミュニケーションのスキルを向上させる上で重要な役割を果たします。

前提知識

特になし
※ 他のマネジメントスキル等を学習していると、参考になります。

1.基礎編 ～コーチングの全容理解とマインドセット～

第1章 ▶ コーチングとは

Lesson1 コーチングとは

【ワーク1】上司の存在意義～部下・後輩との対話における自身の役割を考へる～ [10分]

Lesson2 コーチングの語源・定義

Lesson3 ティーチング・コーチング・カウンセリングの比較

Lesson4 コーチと上司の違い

第2章 ▶ コーチングが求められる時代背景

Lesson1 世代間の価値観ギャップ

【ワーク2】どのようなリーダーシップが有効なのかを考える [10分]

Lesson2 理想的なリーダーシップの変遷

第3章 ▶ コーチングの構成要素

Lesson1 目的・効果

Lesson2 マインドとスキル

Lesson3 相手との関係性

【ワーク3】コーチングの有用性を考える [10分]

Lesson4 コーチングのポイントと留意点

2.基本編 4つの基本スキルの向上(傾聴・質問・承認・提案)

第1章 ▶ 上司(コーチ)が持つべき視点

【ワーク4】コーチングをする上で解決すべき課題は何かを考える [10分]

Lesson1 上司がコーチとして持つべき視点

第2章 ▶ 傾聴

【ワーク5】3つのリスニングの違いを感じる [10分]

Lesson1 傾聴とは

Lesson2 参考:積極的傾聴(Active Listening Listening)

【ワーク6】傾聴姿勢の判断 [10分]

Lesson3 傾聴姿勢の判断

Lesson4 傾聴の姿勢(表情・言動・思考)

【ワーク7】[録画演習]自分自身の傾聴の姿勢を振り返る [10分]

Lesson5 傾聴のポイント

第3章 ▶ 質問

Lesson1 質問する目的

Lesson2 質問の技術

【ワーク8】質問について振り返る [10分]

Lesson3 質問のポイント

Lesson4 傾聴と質問の循環

第4章 ▶ 承認

Lesson1 承認とは①

【ワーク9】[録画演習]部下に承認を伝える① [10分]

Lesson2 承認とは②

Lesson3 承認を支える「観察力」と「伝達力」①

【ワーク10】[映像演習]部下に承認を伝える② [10分]

Lesson4 承認を支える「観察力」と「伝達力」②

Lesson5 承認のポイント

第5章 ▶ 提案

Lesson1 提案(コーチング・フィードバック)とは

【ワーク11】効果的なフィードバックをするために① [10分]

Lesson2 信頼されるフィードバックのポイント①

Lesson3 信頼されるフィードバックのポイント②

Lesson4 信頼されるフィードバックのポイント③

Lesson5 信頼されるフィードバックのポイント④

【ワーク12】効果的なフィードバックをするために① [10分]

Lesson6 信頼されるフィードバックのポイント⑤

【ワーク13】効果的なフィードバックをするために② [10分]

Lesson7 信頼されるフィードバックのポイント⑥

【ワーク14】効果的なフィードバックをするために③ [10分]

Lesson8 信頼されるフィードバックのポイント⑦

【ワーク15】効果的なフィードバックをするために④ [10分]

Lesson9 提案のポイント

Lesson10 Win-Win のコミュニケーション

3.実践編 相手に合わせた対応方法の理解と実践力の強化

第1章 ▶ 相手を観察する

Lesson1 相手を観察する

確認テスト 3-1 相手を観察する

第2章 ▶ 自分と相手のタイプを知る

Lesson1 ソーシャルスタイル

Lesson2 自分と相手のタイプを知る

【ワーク16】自分と相手のタイプを知る [10分]

Lesson3 タイプ別の特徴

第3章 ▶ タイプ別の対応方法を考える

Lesson1 効果的なコミュニケーション

【ワーク17】タイプ別の対応方法を考える① [10分]

Lesson2 タイプ別の対応方法①

【ワーク18】タイプ別の対応方法を考える② [10分]

Lesson3 タイプ別の対応方法②

第4章 ▶ 職場での実践

【ワーク19】相手のタイプを推定し、対応方法を考える [10分]

【ワーク20】行動計画立案 [10分]

第5章 ▶ 総括

Lesson1 総括

- 確認テスト・各章末まとめ
- 各種申請に関するお知らせ
- コースレビュー(受講後アンケート)

- 受講期間:6カ月(+閲覧期間6カ月)
- チュータによる個別指導:なし
- 標準学習時間:8時間
- PDF資料:あり
- 定価:¥14,000円(税別)



プロジェクトマネジメントシリーズ(PDU取得対応)について

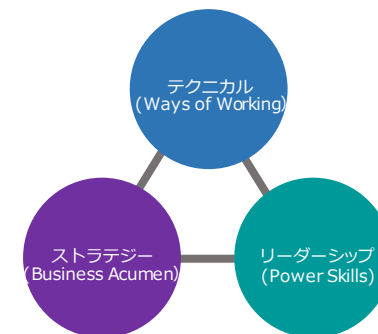
■多様なラインナップ

カテゴリ	コース名
ストラテジー&ビジネスマネジメント リーダーシップ テクニカル・プロジェクトマネジメント	【BABOK (R) v3入門】プロジェクト・マネジャーのためのビジネスアナリシス DU取得：複数サブカテゴリ
ストラテジー&ビジネスマネジメント リーダーシップ テクニカル・プロジェクトマネジメント	【PMBOK (R) ガイド第7版対応】ITプロジェクトマネジメント (35PDU取得：複数サブカテゴリ)
ストラテジー&ビジネスマネジメント	要求定義 (20PDU取得：ストラテジー)
ストラテジー&ビジネスマネジメント	DX時代のIT 戦略基礎～EAを活用した中長期情報化計画作成～ (14PDU取得：ストラテジー)
ストラテジー&ビジネスマネジメント	DX時代のIT サービスマネジメント基礎 (12PDU取得：ストラテジー)
ストラテジー&ビジネスマネジメント	イノベーションを生み出すデザイン思考～基礎から活用まで～ (12PDU取得：ストラテジー)
ストラテジー&ビジネスマネジメント	財務分析のための企業会計ベーシック (10PDU取得：ストラテジー)
ストラテジー&ビジネスマネジメント	ソフトウェア資産管理 (4PDU取得：ストラテジー)
リーダーシップ	プロジェクトマネジメントのためのコミュニケーション技術 (10PDU取得：リーダーシップ)
リーダーシップ	プロジェクトマネジメントのためのプレゼンテーション (10PDU取得：リーダーシップ)
リーダーシップ	プロジェクトマネジメントのためのリーダーシップ (10PDU取得：リーダーシップ)
リーダーシップ	会議の目的とファシリテーション (10PDU取得：リーダーシップ)
リーダーシップ	課題設定力と解決実行プロセス (10PDU取得：リーダーシップ)
リーダーシップ	パフォーマンスを上げるロジカル・シンキング (10PDU取得：リーダーシップ)
リーダーシップ	成果を出すタイムマネジメント (10PDU取得：リーダーシップ)
リーダーシップ	新時代のコーチングの基礎から実践 (8PDU取得：Power Skills)
テクニカル・プロジェクトマネジメント	ITサービスマネジメント (35PDU取得：テクニカル)
テクニカル・プロジェクトマネジメント	PMBOK (R) ガイド第7版 要説 (25PDU取得：テクニカル)
テクニカル・プロジェクトマネジメント	【PMBOK (R) ガイド第7版対応】リスクマネジメントの実践 (20PDU取得：Ways of Working)
テクニカル・プロジェクトマネジメント	【PMBOK (R) ガイド第7版対応】品質マネジメントの実践 (20PDU取得：Ways of Working)
テクニカル・プロジェクトマネジメント	ソフトウェア品質管理・テストング (16PDU取得：テクニカル)
テクニカル・プロジェクトマネジメント	アジャイル実務ガイド 要説 (10PDU取得：テクニカル)
テクニカル・プロジェクトマネジメント	EVM導入による実践的プロジェクトマネジメントの基礎 (6PDU取得：テクニカル)
テクニカル・プロジェクトマネジメント	実践的プロジェクトマネジメント再入門 (3PDU取得：テクニカル)
リーダーシップ テクニカル・プロジェクトマネジメント	PM 実践 - アジャイルを活用したハイブリッド開発実践 (12PDU取得：複数サブカテゴリ)

・基礎固めから資格更新、実務への応用まで、多様なレベルに対応

・PMI®の「タレントトライアングル」で規定されたサブ・カテゴリ別にコースをご用意

・複合カテゴリをカバーしたコースもご用意



■ストラテジー & ビジネスマネジメント (Business Acumen)

パフォーマンスを向上させ、ビジネス成果をよりよく提供する業界や組織に関する知識と専門知識

■テクニカル・プロジェクトマネジメント (Ways of Working)

プロジェクトマネジメント、プログラムマネジメント、ポートフォリオマネジメントの特定ドメインに関連する知識、スキル、行動

■リーダーシップ (Power Skills)

組織がビジネス目標を達成するのに役立つリーダーシップ指向活動や分野横断的活動に特有の知識、スキル、行動

(PMI日本支部「CCRハンドブック」2017/4/3改定版より)



全コースの最新ラインナップとサンプルは、左のQRコードからご覧いただけます。



株式会社ネットラーニングはATP (Authorized Training Partner) として本コースでのPDU提供を許可されています。