

# ～自身と職場を活性化させるメンタルアップ術～ 若手リーダーのための モチベーションマネジメント

## 研修のねらい

現代の複雑な環境下では、仕事などでミスをしてしまったとき、物事がうまくいかず心が弱っていると感じるとき、挽回したいときに、速やかに立ち上がることができないこともあります。また、仕事内容や上司との関係性にストレスやプレッシャーを抱えている方も多いようです。

本研修では、メンタルをアップする方法や習慣、自分のやる気やチャレンジ精神を育む方法を習得します。また、次世代のリーダーに求められる知識・スキルを理解し、職場を活性化させるリーダーを目指します。

## 研修のポイント

- ✓ 仕事への意欲を高め、自信をもって業務に臨む方法を学びます
- ✓ 苦難や逆境を乗り越えるメンタルを育て、前向きにチャレンジする力や習慣を習得します
- ✓ 職場やチームでの人間関係を活性化するポイントを学びます

## 研修期間

2021年  
10/12 火 ～ 10/13 水

## 対象者

## 新任管理者

- ・若手社員の方も受講いただけます
- ・部下や後輩との日々の仕事に自信を持って取り組み、自己成長を図りたい方
- ・自分や職場、チームを活性化したい方

定員 **20**名

受講料 **22,000**円(税込)

大阪府中央会 会員料金：11,000円(税込)  
※会員以外の方もご参加いただけます。

## 会場

大阪国際ビルディング 16 階  
(1607号室)

〒541-0052

大阪市中央区安土町2-3-13

月日	時間	科目	内容
10 / 12 火	9:20-9:30	事務連絡	
	9:30-12:30	脳のメカニズムを理解する	自らのやる気を引き出してコントロールするために理解しておきたい脳のメカニズムに関する基礎知識を学びます。 ・ 脳は口にしていない言葉の影響を受けている ・ 脳の法則を利用して、言葉や動作を使って感情をコントロールする ・ 言動を変えて、現実を変える
	13:30-17:30	自分やチームのやる気を引き出すモチベーションマネジメント【演習】	自らのモチベーションをマネジメントする手法や、自らを動機付けするための効果的なアプローチ手法、上司・同僚とのコミュニケーションの取り方等を、演習を通じて学び、スキルの定着を図ります。 ・ 感情のコントロールの仕方 ・ コミュニケーションに必要な言葉の原則 ・ モチベーションを向上させるコミュニケーション方法 ・ 自己肯定感と環境肯定感をつくる方法 (演習)
10 / 13 水	13:30-15:30	次世代リーダーのマネジメント手法	自分の強みを活かしながら、自信を持って日々の仕事に取り組むことで、職場を活性化していく方法を学びます。 ・ これからの時代の向けたマネジメント ・ 自らの強みを活かす方法 ・ 自分に求められる役割を考える。役割意識を醸成し、使命感をつくる方法
	15:30-17:30	職場で生かす自己行動計画の作成(演習)	ここまでの学習内容を振り返り、自らの業務や職場の活性化に向けて今後どのように取り組んでいくのか、目標設定、行動計画を作成します。 ・ これからの自分を整理する (自己革新行動プランの作成)
	17:30-17:40	修了証書交付	

## 講師紹介(敬称略)



一般社団法人グローアップフォーラム 代表理事  
人材教育家・メンタルコーチ

### 飯山 暁朗 (いいやま じろう)

家電流通部門に勤務し、トップセールスを記録。商工団体の経営指導員に転じ、11年間で5,000件以上の経営相談をこなす。2006年、経営コンサルタント・リーダー専門コーチとして起業し、講演・研修講師として延べ4,000時間、受講者15,000名を超え、「コーチング手法で教える」研修スタイルが好評を得ている。また、メンタルコーチとして高校野球の古豪を復活させたオリンピックで金メダルを獲得する選手も育成。中小企業診断士、金沢大学法学部非常勤講師、中小企業庁ビジネス創造等支援事業専門家、商工会議所エキスパート、シニアアドバイザー。代表的な著書は「いまどきの子のやる気に火をつけるメンタルトレーニング」(秀和システム)「勝者のゴールデンメンタル」(大和書房)

中小企業大学校関西校 研修担当 行

■貴社の概要について(必ずご記入ください)

ふりがな 企業・団体名	
ふりがな 代表者名(役職)	
〒 住所	
TEL ( ) - FAX ( ) -	
連絡担当	部課名 <span style="float:right">ふりがな氏名</span>
	TEL ( ) -
	FAX ( ) -
	E-mail:

(1)業種(該当する番号に○をおつけください)

D 建設業(06 総合工事 07 識別工事 08 設備工事)

E 製造業

09 食料品 10 飲料・飼料 11 繊維工業 12 木材・木製品  
13 家具・建具 14 パルプ・紙 15 出版・印刷 16 化学  
17 石油製品・石炭製品 18 プラスチック製品 19 ゴム製品 20 革製品  
21 窯業・土石製品 22 鉄鋼 23 非鉄金属 24 金属製品  
25 汎用機械器具 29 電機機械器具 31 輸送機械器具 32 その他

G 情報通信業  
H 運輸業  
I 卸売業 I 小売業

a 繊維品 b 化学製品 c 機械器具 d 建築材料等 e 衣服 f 食料  
g 医薬品 h 家具 i 什器等 j その他( )

N サービス業 U その他( )

(2)資本金 万円	(3)従業員数 人	(4)創業年月 年 月
--------------	--------------	----------------

(5)主要取扱品目:

<所属組合・団体等記入欄>(※助成対象企業(大阪府中央会会員)のみ記入)

(※)大阪府中小企業団体中央会の加盟組合等に所属している際は、所属組合・所属団体名等をご記入ください。加盟の確認ができた場合助成後の受講料(会員料金)で受講可能です。確認ができない場合や、ご記入がない場合は助成対象外となることがありますので、ご了承下さい。

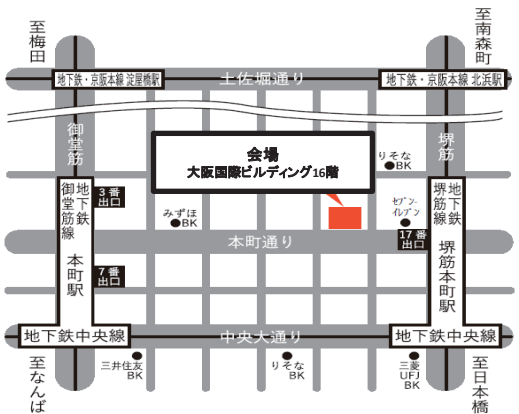
■受講者情報 ※複数名申込の際は申込書をコピーしてお申し込み下さい。

コース No.	(ふりがな) 受講者名	部署 役職 (役職を記載お上、該当区分に○)	年齢	性別
67		部署		男性 ・ 女性
		1.代表者 2.役員 3.管理者 4.管理者候補等		
緊急連絡先(携帯) - -		※緊急事態(研修中止等)の際、連絡するためにお聞きしています		

<反社会的勢力でないことの確約について> 当社(当機関)は、暴力団等の反社会的な勢力に該当せず、今後においても反社会的勢力との関係を持つ意思がないことを確約します。また、反社会的勢力に該当し、もしくは暴力的な要求行為等に該当する行為をしたことが判明した場合には研修の受講を中止されても異議申し立てを行いません。

今回の研修を知ったきっかけについて、該当するものに○をご記入ください。

1. 研修ガイド 2. チラシ 3. ホームページ 4. ウェブ広告・SNS 5. メルマガ 6. 他社の紹介・口コミ 7. 自治体・商工団体 8. 金融機関  
9. 新聞・雑誌・ラジオ・街頭広告 10. 大学校・中小機構職員の訪問・電話 11. セミナー・イベント 12. その他( )



- お申し込み方法
  - ・こちらの申込書をFAXでお申込みいただくか、関西校HPのオンラインでお申込みください。
  - ・受講申込後、開校日の約1か月前から「受講料振込依頼書」を郵送いたしますので、所定の期日までに受講料をお振込みください。
  - ・応募多数の場合はキャンセル待ちをいただくか、もしくは受講をお断りすることがございますので、お早目のお申込みをおすすめします。
- 多くの研修には、自社の課題を分析する科目(演習)があり、受講者はその課題を持参いただくことが受講要件となりますが、ご対応いただけない場合などには、受講をご遠慮いただくことがありますので、あらかじめご了承ください。
- 受講申込みにおける個人情報の保護について
 

中小企業大学校関西校では「個人情報保護法」に基づき、個人情報の適切な管理に努めてまいります。皆様から頂戴しました受講申込書に記載されている内容をもとに、今後お客様に有益と思われる研修など当機構内で実施する事業のご案内を郵便、電子メール、FAX等でお送りさせていただきます。

また、研修実施にあたり、講師に個人情報を通知する場合がありますが、より効果的な研修にすることを目的に行うものです。「個人情報」につきましてご質問がありましたら関西校までお寄せいただくようお願いいたします。
- 研修会場には、受講者用の駐車・駐輪施設がありませんので、ご来場にあたっては公共交通機関のご利用をお願いいたします。また、宿泊施設は併設していませんので、宿泊が必要な方は、各自でご手配をお願いいたします。

**会場アクセス** 中小機構 近畿本部  
〒541-0052 大阪市中央区安土町2-3-13  
大阪国際ビルディング27階

■Osaka Metro (大阪メトロ)  
堺筋線・中央線「堺筋本町」駅から徒歩2分(17番出口)  
御堂筋線・中央線「本町」駅から徒歩5分(3番・7番出口)

大学校使用欄

--	--	--	--

## 中小企業大学校 関西校

〒679-2282 兵庫県神崎郡福崎町高岡1929  
TEL : 0790-22-5931 FAX : 0790-22-5942  
URL : https://www.smrj.go.jp/institute/kansai/ E-mail : kenshu-kansai@smrj.go.jp