

カリキュラム

コースコード：26-310

タイトル	若手リーダーのためのモチベーションマネジメント【飯田】		
サブタイトル	自身と職場を活性化させるメンタルアップ術		
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があります。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、特に若手リーダーの皆様に向けて、自分の仕事へのモチベーションをマネジメントし、メンタルをアップする方法や習慣、上手く自分のやる気やチャレンジ精神を育む方法を学んでいただきます。また、次世代のリーダーに求められる知識・スキル等を理解して、職場を活性化させるリーダーを目指します。		
研修の特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 		
対象者	新任管理者（主任・係長クラス） ・若手社員の方もご受講いただけます ・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	15名
		研修期間/時間数	2026年10月20日(火)～10月21日(水)
			2日
		会場	エス・バード B棟2F会議室
受講料	22,000円		

科目構成

日付	時間	科目	内容	講師
10/20 (火)	9:50～10:00	開講式 オリエンテーション		
	10:00～12:00 13:00～14:00	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。 ・脳は口に出している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	メンタル教育家 中小企業診断士 中小企業庁 中小企業支援専門家 商工会議所エキスパート、シニアアドバイザー 飯山 昶朗
	14:00～18:00	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）	
10/21 (水)	9:30～12:30	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。 ・これからの時代に向けたマネジメント ・自らの強みを活かす方法 ・自分に求められている役割を考える ・役割意識を醸成し、使命感をつくる方法	
	13:30～15:30	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）	
	15:30～17:30	閉講式		
	17:30～17:40	閉講式		

講師氏名	略歴
飯山 昶朗 (いいやま じろう) メンタル教育家 中小企業診断士 中小企業庁 中小企業支援専門家 商工会議所エキスパート、シニアアドバイザー	家電メーカーの流通部門に勤務しトップセールスを記録。その後、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（平成18年）にコンサルタント・コーチとして起業、「コーチング手法で教える」研修スタイルに定評がある。 また、メンタルトレーニングによって、高校野球の古豪を復活させたほか、オリンピックで金メダル、技能五輪国際大会で金メダルを獲得した選手を育成した実績がある。 他にも、中小企業を始めとした実業界、学校教育や子育てといった教育界、コンテストなどエンターテインメント業界でのサポートも行っている。 メンタル教育家・中小企業診断士・実務教育学修士（専門職）。 代表的な著書として「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）がある。