

「コーチング」教育訓練 1日コース講義シラバス

株式会社キャリア・ブレン

「コーチング」教育訓練 【1日目 9:00~17:00】

時間	時間配分	内 容
9:00 ~09:50	50分	講師挨拶 Step 1. コーチングとは何か 1. コーチングとはコミュニケーションサポート 2. 今、なぜコーチングなのか 3. マネジメントスタイルが変化 休憩（10分間）
10:00 ~10:50	50分	休憩（10分間） Step 2. コーチングの基本スキル 1. コーチングの構造 2. 聴き方のスキル 休憩（10分間）
11:00 ~12:00	60分	Step 3. コーチングスキル ①「傾 聴」 1. 傾聴とは何か 2. 傾聴の3段階 3. 傾聴の重要性 4. 傾聴される側の心理 5. 傾聴の事例研究 昼食（60分間）
13:00 ~13:50	50分	4. 傾聴される側の心理 5. 傾聴の事例研究 6. ロールプレイング 7. ワークシート作成 休憩（10分間）
14:00 ~14:50	50分	Step 4. コーチングスキル ②「承 認」 1. 承認とは何か 2. 承認の重要性 3. 承認される側の心理 4. 承認事例研究 5. ワークシート作成 休憩（10分間）
15:00 ~15:00	50分	Step 5. コーチングスキル ③【質 問】 1. 質問とは何か 2. 質問の重要性 3. 質問される側の心理 4. 質問の事例研究 休憩（10分間）
16:00 ~16:40	50分	Step 6. ビジョンコーチング 1. GROWモデル 2. ビジョンコーチング（個人課題 セルフコーチング実施）
		まとめ

「コーチング」教育訓練 2 日間コース講義シラバス

株式会社キャリア・ブレン

「コーチング」教育訓練【1 日目 9:00~17:00】

時間	時間配分	内 容
9:00 ~09:50	50分	講師挨拶 Step 1. コーチングの基礎 1. コーチングとは何か 休憩 (10 分間)
10:00 ~10:50	50分	2. コーチングの生まれた背景 休憩 (10 分間)
11:00 ~12:00	60分	3. コーチングの重要性 昼食 (60 分間)
13:00 ~13:50	50分	4. コーチングの5原則 ワークシート:「理解度測定シート」 休憩 (10 分間)
14:00 ~14:50	50分	Step 2. コミュニケーション (基礎) 1. コミュニケーションスキルの重要性 休憩 (10 分間)
15:00 ~15:50	50分	2. 人への対応 ワークシート:「コンピテンシーチェックシート」 休憩 (10 分間)
16:00 ~17:00	60分	3. 人の心理 4. コミュニケーション向上技法 ワークシート:「スキルチェックシート」
		本日のまとめ

「コーチング」教育訓練 2 日間コース講義シラバス

株式会社キャリア・ブレン

「コーチング」教育訓練【2 日目 9:00~17:00】

時間	時間配分	内 容
9:00 ~09:50	50分	講師挨拶 Step 3. コーチングスキル①傾聴 1. 傾聴とは何か 2. 傾聴の重要性 休憩 (10 分間)
10:00 ~10:50	50分	3. 傾聴される側の心理 4. 傾聴の事例研究 休憩 (10 分間)
11:00 ~12:00	60分	ロールプレイング (傾聴技法) ワークシート:『傾聴』演習シート① 昼食 (60 分間)
13:00 ~13:50	50分	Step 4. コーチングスキル②承認 1. 承認とは何か 2. 承認の重要性 3. 承認される側の心理 4. 承認の事例研究 休憩 (10 分間)
14:00 ~14:50	50分	ワークシート:『承認』演習シート① Step 5. コーチングスキル③質問 1. 質問とは何か 2. 質問の重要性 休憩 (10 分間)
15:00 ~15:50	50分	3. 質問される側の心理 4. 質問の事例研究 ワークシート:『質問』演習シート① 休憩 (10 分間)
16:00 ~17:00	60分	Step 6. ビジョンコーチング 1. GROWモデル 2. ビジョンコーチング (個人課題 セルフコーチング実施)
		2 日間訓練総まとめ

「コーチング」教育訓練 3 日間コース講義シラバス
株式会社キャリア・ブレン

「コーチング」教育訓練【1 日目 9:00~17:00】

時間	時間配分	内 容
9:00 ~09:50	50分	講師挨拶 Step 1. コーチングの基礎 1. コーチングとは何か 休憩 (10分間)
10:00 ~10:50	50分	2. コーチングの生まれた背景 休憩 (10分間)
11:00 ~12:00	60分	3. コーチングの重要性 昼食 (60分間)
13:00 ~13:50	50分	4. コーチングの5原則 ワークシート:「理解度測定シート」 休憩 (10分間)
14:00 ~14:50	50分	Step 2. コミュニケーション (基礎) 1. コミュニケーションスキルの重要性 休憩 (10分間)
15:00 ~15:50	50分	2. 人への対応 ワークシート:「コンピテンシーチェックシート」 休憩 (10分間)
16:00 ~17:00	60分	3. 人の心理 4. コミュニケーション向上技法 ワークシート:「スキルチェックシート」
		本日のまとめ

「コーチング」教育訓練 3日間コース講義シラバス

株式会社キャリア・ブレン

「コーチング」教育訓練【2日目 9:00~17:00】

時間	時間配分	内 容
9:00 ~09:50	50分	Step 3. コーチングスキル①傾聴 1. 傾聴とは何か 2. 傾聴の重要性 休憩（10分間）
10:00 ~10:50	50分	3. 傾聴される側の心理 4. 傾聴の事例研究 休憩（10分間）
11:00 ~12:00	60分	ロールプレイング（傾聴技法） 昼食（60分間）
13:00 ~13:50	50分	ワークシート：「『傾聴』演習シート①」 休憩（10分間）
14:00 ~14:50	50分	Step 4. コーチングスキル②承認 1. 承認とは何か 2. 承認の重要性 3. 承認される側の心理 4. 承認の事例研究 休憩（10分間）
15:00 ~15:50	50分	ロールプレイング（承認技法） 休憩（10分間）
16:00 ~17:00	60分	ワークシート：「『承認』演習シート①」
		本日のまとめ

「コーチング」教育訓練 3日間コース講義シラバス
株式会社キャリア・ブレン

「コーチング」教育訓練【3日目 9:00~17:00】

時間	時間配分	内 容
9:00 ~9:50	50分	Step 5. コーチングスキル③質問 1. 質問とは何か 2. 質問の重要性 休憩（10分間）
10:00 ~10:50	50分	3. 質問される側の心理 4. 質問の事例研究 休憩（10分間）
11:00 ~12:00	60分	ロールプレイング（質問技法） 昼食（60分）
13:00 ~13:50	50分	ワークシート：『質問』演習シート① 休憩（10分）
14:00 ~14:50	50分	Step 6. ビジョンコーチング 3. GROWモデル 4. ビジョンコーチング
15:00 ~15:50	50分	個人課題 セルフコーチング実施
16:00 ~17:00	60分	3日間訓練総まとめ