BIZPOWERS

研修企画ご提案書

モチベーションアップ研修（6 時間）

ご提案の背景・課題認識

若手・中堅社員の中には、仕事に慣れ、日々の業務にやりがいを感じにくくなったり、成長実感や今後の目標を見失ったりする方がおられます。モチベーションを高めるためには、周囲の環境が変わるのを待つだけでなく、自らの強みや価値観を理解し、仕事への向き合い方を主体的に工夫することが重要です。
本研修では、モチベーションの仕組みと自分自身のモチベーションの源泉を理解し、自らモチベーションを高める具体的な方法を学びます。豊富なワークを通じて、今の仕事のやりがいを再発見し、モチベーションを高めて持続させるための具体的な行動につなげます。

研修のねらい・ゴール

- ■ モチベーションの仕組みを理解し、自分の強み・価値観・やる気の源泉を明確にする
- ■ 物事の捉え方や仕事への関わり方を工夫し、主体的にやりがいを高められるようになる
- ■ モチベーションが低下したときの対処法を学び、自ら実践できるようになる

受講対象者

企業や公的機関、医療機関などの若手・中堅社員（仕事へのモチベーションや主体性を高めたい方など）

カリキュラム例（6 時間の場合）

下記はカリキュラム例です。研修の目的や課題に応じてカスタマイズ可能です。

テーマ	内容
1. モチベーションの仕組みを理解する	働くことの本質と仕事の意味／モチベーションとは何か／自己決定理論（自律性・有能感・関係性）／モチベーションの 5 つの源泉
2. 自分のモチベーションの源泉を知る	モチベーションが高まる要因・下がる要因／自分の強みと大切にする価値観 【個人ワーク】「モチベーショングラフ」で過去のモチベーションの変化を振り返る 【グループワーク】仕事でやりがいを感じた経験の共有
3. 前向きに働くマインドセットを身につける	ギャップアプローチとポジティブアプローチ／マインドセット／物事の捉え方を変える（リフレーミング）／自分で変えられることに働きかける／モチベーションが低下したときの対処法 【ワーク】自分なりのモチベーションアップ法を考える
4. 仕事のやりがいを自ら高める	ジョブ・クラフティング（認知・タスク・関係性）／仕事の意味づけと貢献実感／強みと価値観の生かし方 【グループワーク】今の仕事でもっとワクワクするためにはどうすればよいか
5. 自分らしい働き方と目標を考える	自分自身のブランドを考える／目指したい自分の姿／ワクワクする目標の設定／目標達成のためのバックキャスティング思考 【ワーク】自分らしい働き方と目標の明確化
6. モチベーションを持続させるアクションプラン作成	行動の習慣化／日々の小さな成功と成長を振り返る／目標を具体的な行動に落とし込む 【ワーク】30 日間のモチベーションアップ・アクションプラン作成

本研修ならではの特長

■ 当社独自のグループワークを通じて仕事での成功体験ややりがいを振り返り、自分では気づきにくい強み・価値観・モチベーションの源泉を発見する

■ ポジティブアプローチやリフレーミング、ジョブ・クラフティングを活用することで、今の仕事の中で、自ら主体的にやりがいを生み出す方法を学ぶ

■ 経験豊富な組織開発専門家のわかりやすい講義とポジティブな場づくりにより、参加者のモチベーションを高めながら、そのモチベーションを持続発展させるためのアクションプランを作成する

講師プロフィール



柳瀬 智雄(やなせ としお)　株式会社ビズパワーズ 代表取締役　中小企業診断士

大阪大学経済学部経営学科(経営組織論専攻)卒業後、トヨタ自動車・シャープで約 20 年間の実務経験を積み、シャープ時代には 3 年間労働組合本社支部副委員長を経験。2008 年中小企業診断士(経営コンサルタントの国家資格)として独立、ビズパワーズを設立。2011 年に株式会社ビズパワーズを設立し代表取締役に就任。「経営理論 × 大手企業での実務経験 × 研修実績(累計 1500 回以上)」を兼ね備えた講師として、大企業から中小企業、労働組合、地方自治体、医療機関まで幅広い研修登壇実績を持っています。

難しい専門用語を使わず、自身の体験談や例え話を交えた「わかりやすく、心に響く講義」と、受講者が自ら考え気づく「主体性を引き出すグループワーク」を提供しています。ポジティブで楽しく安心できる場づくりと、論理だけでなく感情面にも訴えかける講義スタイルが、意識と行動を変える研修として高く評価されています。

得意分野は組織開発(組織風土改革・組織活性化)、リーダーシップ、モチベーション、マネジメント、コミュニケーション、課題解決、論理的思考、ビジネス思考法など。組織開発・人材育成コンサルタントとして、専門領域に特化することで、価値ある研修を実現しています。「日本中に“最高の職場”を実現する」をミッションに掲げ、「楽しく真剣に」をモットーとして毎回全力で取り組んでいます。

関西学院大学専門職大学院経営戦略研究科非常勤講師、一般社団法人大阪府中小企業診断士協会組織開発研究会代表、メンタルヘルス・マネジメント検定 II ・ III種取得、令和 3 年度大阪府商工関係者表彰

お問い合わせからフォローアップまでの 4 ステップ

STEP 01
お問い合わせ
HP の「お問い合わせ」
またはお電話で

→

STEP 02
事前コンサルティング
オンラインで最適な研修内容を
講師と打合せます(約 1 時間)

→

STEP 03
カリキュラム設計・実施
最適な内容に
カスタマイズして実施

→

STEP 04
フォローアップ
ミーティング
ご希望の場合、研修効果を
高める助言を行います(無料)

まずはお気軽にお問い合わせください。専門のスタッフが丁寧にお話をうかがいます

株式会社ビズパワーズ　〒545-6031 大阪府大阪市阿倍野区阿倍野筋 1-1-43 あべのハルカス 31 階
TEL: 06-6625-5013　MAIL: info-bp@bizpowers.co.jp　HP: https://www.bizpowers.jp/