

## 事例紹介

# 職場の心理的安全性を構築し、 部下のエンゲイジメントを促進するための、1 on 1 実践プログラム

## 実施企業

木村情報技術株式会社

## 受講人数

39名

## 目的

1. 部下の話を共感的に聴くスキルを身につける（傾聴）
2. 部下の良いところを発見し、効果的に賞賛（承認）するスキルを習得する（アサーション）
3. 高ストレス場面でも、冷静さを保つための思考法を身につける（ストレスマネジメント）
4. 1 on 1 で必要とされる、基本的な姿勢を理解し、部下の話を聴くスキルを身につける

## ねらい

1 on 1（上司と部下の定期的な面談）を導入している企業や導入を考えている企業において、1 on 1 による効果を最大限発揮させるためのプログラムです。部下との1対1の関わりにおいて、管理職が身につけておくべき基本知識やコミュニケーションスキルを習得することで、以下の効果が期待されます。

### ◆組織

- ・創造性、生産性の向上
- ・心理的安全性（職場で意見や考え等を率直に述べても、対人関係が脅かされないという信念が共有された状態）の醸成
- ・従業員エンゲージメントが高い組織の構築

### ◆受講者（管理職）

- ・部下との信頼関係構築
- ・ワーク・エンゲイジメント（仕事への活力や熱意）向上

### ◆部下

- ・仕事への自律性、主体性、パフォーマンス向上
- ・ワーク・エンゲイジメント（仕事への活力や熱意）向上

## プログラム概要

## 対象

管理職・経営職

## 実施期間

2025年8月～10月（2時間×3日間）

## カリキュラム

### 予定カリキュラム（1日目）

1. なぜ1 on 1が重要なのか（20分）
  - ◆今の時代に求められるリーダーシップ
  - ◆1 on 1の活用による効果
  - ◆効果的な1 on 1実践（聞き方、褒め方、セルフマネジメント）
2. 部下に信頼される共感的な聞き方のコツ
  - ◆積極的傾聴プログラム（70分）
  - ◆傾聴へのちょっとした誤解
  - ◆傾聴を邪魔するブロッキング
  - ◆傾聴練習（実演）
  - ◆相手が安心して話せるようになる聞き方のコツ
  - ・面談構造の工夫／聞き方の6つのポイント
3. 職場での実践計画と目標（30分）
  - ◆部下との1 on 1を計画し目標を立てる（個人ワーク）
  - ◆計画と目標の共有（グループワーク）

### 予定カリキュラム（2日目）

1. 職場実践の振り返り（グループワーク）（60分）
  - ◆達成できた点と改善点、困難な点を共有
  - ◆講師への質問およびフィードバック
2. 自分も相手も大切にするコミュニケーション術：簡易版アサーションプログラム（40分）
  - ◆アサーションとは
  - ◆コミュニケーションの4つのタイプ
  - ◆目立った実績がない部下の褒め方（ワーク）
  - ◆部下を賞賛（承認）するためのポイント
3. 職場での実践計画と目標（20分）
  - ◆部下の「ほめポイント」を見つける、どのように伝えるかを計画する（個人ワーク）
  - ◆計画と目標の共有（グループワーク）

### 予定カリキュラム（3日目）

1. 職場実践の振り返り（グループワーク）（60分）
  - ◆達成できた点と改善点、困難な点を共有
  - ◆講師への質問およびフィードバック
2. 冷静さと安心感を備えたリーダーになるための簡易版ストレスマネジメントプログラム（40分）
  - ◆ストレスのダメ
  - ◆ストレスフルな場面でも心を安定させるための、認知的対処法（ワーク）
3. 職場での実践計画と目標（20分）
  - ◆今後の1 on 1実践計画と目標を立てる（個人ワーク）
  - ◆計画と目標の共有（グループワーク）
  - ◆まとめ

## プログラム風景



## 講師

ウェルビーイング創造センター リカレント教育部門

小林 百雲子 准教授

## お問い合わせ

佐賀大学ウェルビーイング創造センター リカレント教育部門

TEL : 0952-28-8334 (平日 9:00 ~ 16:00)

EMAIL : kouza@mail.admin.saga-u.ac.jp