

人事・管理職のための ウェルビーイング実践者養成講座

— 職場で変化を起こす視点とスキルを身につける —

本講座はウェルビーイングを“なんとなく知っている”で終わらせず、科学的・実践的に捉えるための対面講座です。

講座では自己理解・関係性・組織の3層構造からウェルビーイングを見直し、個人とチームに変化をもたらす実践力を身につけます。また、理論の習得と内省、ワークによる体感、現場での活用設計までを一貫して行い、「現場で活かせる対話力と施策設計力」を育み、社内での展開や施策導入を見据え、最終回では参加者自身によるアウトプット(アクションプラン)の発表も行います。

人的資本・組織開発の実務と理論に通じた専門家2名が講師を務める貴重な機会となりますので、是非ご活用ください。

《こんな方におすすめです！》

- ・ 組織内でウェルビーイング施策を推進したい人事・組織開発担当者
- ・ 部下の状態や関係性の質に課題を感じている管理職・チームリーダー
- ・ 1on1や対話の質を高め、支援的マネジメントを実践したい方

【本講座の特徴】

- ▶ 自身の状態と向き合いながら、組織変化の起点になることができます。
単なる理論ではなく、「まず自分から整える」ことを重視した内省＋実践型の講座です。
- ▶ 社内展開を想定したアウトプットができます。
最終回で「社内向けウェルビーイング施策のラフ企画書」を発表するなど、自分のためだけでなく、「社内で展開できる状態」にします。
- ▶ 科学的エビデンス × 現場活用に基づいた内容です。
ポジティブ心理学・組織行動論・コーチング心理学に基づいた実践設計です。
- ▶ ウェルビーイング診断を活用し、現在の状態を可視化できます。
心理・身体・社会の観点からの変化を定点観測し、職場での展開にも活用できます。
- ▶ 他社・他業種の参加者とのつながりができ、リアルな知見共有ができます。
ひとりで考え込まず、安心して学べる参加型。業界を超えた視点が得られます。

【期待できる効果】

- ① 組織におけるウェルビーイングの基本的理解と構造的アプローチができるようになります。
- ② 自分とチームの状態を可視化・言語化する力が身につきます。
- ③ 強みや価値観に基づいた対話スキルが身につきます。
- ④ 職場で小さく始めるアクションプラン(実施可能な内容)が設計できます。

【カリキュラム概要】

開催回	テーマ	詳細
第1回	ウェルビーイングを科学する	・ ウェルビーイングを再定義し、人的資本経営との接続を理解する ・ 行動経済学と自己決定理論から“満たされない構造”を捉え直す ・ 状態の乱れがもたらす影響に気づき、小さな整え習慣を設計する
第2回	ウェルビーイング診断で 自分と部下の状態に気づく	・ ウェルビーイング診断を通して、自分の状態を心理・身体・社会の観点で可視化する ・ 状態が判断や対話に与える影響を棚卸しし、自分の傾向を構造的に理解する ・ 支援的マネジメントの第一歩として、部下の状態に気づく視点を持つ
第3回	ウェルビーイングを支える、 関係性と価値観の対話	・ ウェルビーイングを支える“関係性の質”に注目し、信頼される関わり方を再定義する ・ The Shieldワークとポジティブフィードバックを通じて、自己開示と承認の力を体感する ・ 自分なりの支援スタンスを言語化し、現場のマネジメントに活かす
―― 講師との1on1実施① ――		受講を進めて現時点で思うことや疑問や課題について ※ペア参加の場合はペア実施も可能
第4回	価値を認め合いマネジメントに活かす	・ 組織風土の基盤となるMattering(価値の認め合い) ・ 性格・価値観の強みを知る(ストレングスカード) ・ Matteringの実践ー組織の肯定的認め合いを促すプロンプト
第5回	ウェルビーイングの組織導入を考える	・ 組織のウェルビーイング課題を俯瞰する ・ 課題焦点型アプローチ導入のメリットと注意点 ・ コーチングフレームOSKARの実践
―― 講師との1on1実施② ――		受講を進めて現時点で思うこと、組織課題について考えることなどについて ※ペア参加の場合はペア実施も可能
第6回	アクションプラン(仮)の作成と発表会	・ 課題の設定 ・ 組織に対してウェルビーイングで伝えたいメッセージ ・ 施策の概要と実施後のありたい姿

【開催概要】

項目	詳細
開催日時	【全6回】 5/21(水)・6/4(水)・6/18(水)・7/2(水)・7/16(水)・7/30(水) ※いずれも15:00~17:30
開催場所	ビジネスコーチ株式会社 コーチングスペース 東京都港区西新橋1丁目7番14号 京阪神 虎ノ門ビル 12階  東京メトロ銀座線 虎ノ門駅1出口から徒歩2分 東京メトロ千代田線／日比谷線／丸ノ内線 霞ヶ関駅C3出口から徒歩4分 都営三田線 内幸町駅A3出口から徒歩4分 JR 新橋駅日比谷口から徒歩6分 最寄り駅から弊社までの地図 グーグルマップで広域を見る
形式	対面開催
最少催行人数	4名
対象者	・企業の人事・組織開発担当者 ・管理職、チームリーダー（部下育成・マネジメントに関与） ・社内でウェルビーイング施策を推進したい方
価格	税込99,000円 ※1社2名まで参加可能

【講師紹介】



殿村 江美
Tonomura Emi

有限会社E.flat代表
ウェルビーイング戦略デザイナー、ポジティブサイコロジー・プラクティショナー、イーストロンドン大学応用ポジティブ心理学修士(MSc)、産業カウンセラー

総合広告会社マーケティング局で戦略プランナーを経て、2003年に有限会社E.flatを設立。ウェルネス領域を中心に大手の食品、トイレタリー、化粧品等クライアントのブランディング、商品開発プロジェクトに多数参画。経営層まで含む事業部メンバーとのワークショップのファシリテーション、有識者や生活者へのインサイト発掘インタビュー、ゼロベースのコンセプトメイキングを得意とする。2016年からストレスの可視化事業会社で働く人たちの実証実験に参画、ウェルビーイングへの関心を高め、2023年に渡英。本場ロンドンにてウェルビーイングの科学的土台となるポジティブ心理学コーチング心理学を学ぶ。帰国後は、大学生へのウェルビーイング講義、ウェルビーイングなまなびのカリキュラム開発、経営陣へのコーチング手法を用いたMVV開発などに応用を拡げている。



小泉 領雄南
Koizumi Reona

株式会社メタメンター 代表取締役
国際コーチング連盟認定プロフェッショナルコーチ(PCC)、早稲田大学MBA、DiSC認定アセッサー、リーダーシップ・サークル・プロファイル(LCP)認定プラクティショナー

前職では、GMOフィナンシャルゲートの上場を執行役員 兼 経営企画室長として牽引。その過程で、成長企業ならではのメンタルヘルス課題に直面し、対話の重要性を実感。自身のクライアント経験を通じてコーチングの可能性に気づき、対人支援の道へ。現在は、ビジネス領域のコーチングを提供する傍ら、コーチ・カウンセラー・支援者向けにウェルビーイング診断を開発・提供し、対人支援の質を高める取り組みを推進。企業・個人がより良い選択をし、持続的な成長を遂げられる環境づくりを支援している。

お問合せ・お申し込み



ビジネスコーチ株式会社 セミナー事務局
〒105-0003
東京都港区西新橋1丁目7番14号 京阪神 虎ノ門ビル 12階

 : 03-3528-8022