

勉強したい

成長して欲しい

を時代にあった形でお手伝い

オンライン研修で 自己研鑽や人材育成を お手伝いします



アソウの公開型研修「4つの特徴」



1名から
参加できる



異業種・多職種
同時参加型



新入社員から
管理職まで



基本から旬な
テーマまで

研修概要

- 時間 / 各回 3時間
- 定員 / 各回 24名様（先着順・事前申込要）
- 受講方法 / オンライン

※WEB会議システム（Zoom）を使用します。
※1講座からお申込みになれます。

2021. 12 月

※プログラムは予告なく変更となる場合がございます。
※研修の内容や目的の詳細はHPをご確認ください。

12月

①

イライラの正体を知り 部下育成に生かす アンガーマネジメント研修

対象：新入社員、若手社員
中堅社員、リーダー、管理職

私達の基本的感情の1つ「怒り」。
怒りは物事を動かすパワーにも転換できますが、沸き起こった怒りの感情をそのまま相手にぶつけければ、部下や後輩のモチベーションの低下、職場の人間関係の悪化、生産性の低下やパワハラリスクなど、様々な悪影響があります。
怒りの感情をマネジメントできるようにになれば、自分自身のストレスも減り、部下・後輩と良好な関係を築きながらチームの成果を目指すことができます。
この研修では、感情マネジメントと怒りの感情を育成に繋げる方法を、ワークを交えてお伝えし、皆様の部下・後輩育成に役立てていただきます。

12月9日(木)
9:30~12:30

- ・感情とは
- ・ネガティブ感情と脳の仕組み
- ・感情マネジメントの3ステップ
- ・怒りを育成に生かすトレーニング

16,500円(税込)

②

折れない心を育てる レジリエンス入門研修

対象：新入社員、若手社員
その他希望の方

レジリエンスに必要な6つのコンピテンシーと7つのレジリエンススキルを理解し、「思考を切り替えていく力」「前向きに物事をとらえていく力」を伸ばすコツをワークを通してお伝えします。
日常業務に活用することで、変化が大きくストレスが多い時代の中でも、環境に適応しパフォーマンス高く仕事ができる力をつけていきます。

12月9日(木)
13:30~16:30

- ・レジリエンスとは
元々備えている「適応する力」を伸ばすこと
- ・レジリエンスを高める6つのコンピテンシー
(気づく/思考のシフト/自己肯定感アップ/サイアクの設定他)
- ・実践する7つのレジリエンススキル
(ABCモデルの活用/思い込みとの対峙他)
- ・ストレスをリセットする儀式を持つ

13,200円(税込)

③

チームを一つにまとめ 成果に繋げるための サーバントリーダーシップ研修

対象：中堅社員、リーダー、管理職

今、リーダーには「サーバントリーダーシップ」が求められています。
多様化する時代の中、一人の力量に頼る従来型のリーダーシップは通用しなくなっています。
今リーダーに求められているのは、部下一人一人の力を引きだし、自分で考え行動できる人材に育て、それらの部下をまとめてチームとして成果を上げること。
そして、それに役立つのが支援型の「サーバントリーダーシップ」です。
この研修では、サーバントリーダーシップに必要な5つの力をお伝えし、その中でもチームをまとめるために特に重要な概念化能力を、ワークも交えてトレーニングします。

12月16日(木)
13:30~16:30

- ・サーバントリーダーシップとは
- ・サーバントリーダーシップに必要な5つの力
- ・概念化能力トレーニング
- ・大枠を理解する力
- ・部下に響くように伝える力
- ・チームの力をアップする「心理的安全性」

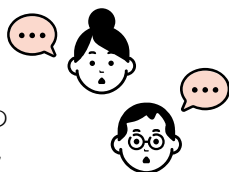
16,500円(税込)



オンライン研修では、
WEB会議システムの機能を活用し、
グループワークやペアワーク、
チャットでの発言や質疑応答を取り入れながら進行します。

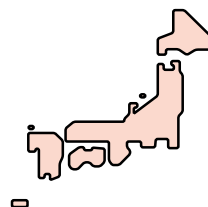
しっかりと双方向
コミュニケーションを
重視しながら進行します

「講師と受講生」「受講生同士」の
双方向コミュニケーションを重視
しながら進めていきます。



パソコンやインターネットの
環境を整えれば
全国どこからでも受講可能

移動時間やコストが不要となるほか、
エリアに関わらず、対象者へ公平に
教育機会を提供できます。



このような企業様におすすめです

- ☒ 社員教育は行いたい、感染症のリスクが心配
- ☒ 昨年予定していた研修ができずに、基礎が身についているかが不安
- ☒ 短時間で必要なテーマのみ学ばせたい
- ☒ 対象者のスケジュールに合わせて学ばせたい
- ☒ 社員研修にかかるコストを抑えたい

お申し込みはホームページからが便利です

アソウの教育研修
ホームページ

<http://kenshu.ahc-net.co.jp/>



オンライン研修受講にあたりご準備ください

1. Zoomの事前インストールが必要です

機材（パソコン・WEBカメラ・マイク）のご準備と、事前に
Zoomのインストールをお願いいたします。
※カメラONでご参加ください。

2. ネットワーク環境をご確認ください

有線LANでの受講を推奨いたします。無線LAN、ポケットWi-fiでの
受講も可能ですが、接続が切断されたり、講義が聞こえづらいこと
がございます。受講者様のネットワーク環境は、弊社では責任を負
いかねますので、必ず事前の接続確認をお願いいたします。

【お申し込みについて】

1. キャンセルについて

研修日当日を除く5営業日前の16:30以降のキャンセルには受講
料の全額をご負担いただきます。

2. お申し込み方法

上記ホームページより必要事項をご記入の上、お申込ください。
こちらより折り返しご連絡いたします。

3. お申し込みの締め切り、定員について

定員に達し次第、または各研修開催の5営業日前をもって、受付
を締め切らせていただきます。
最低履行人数（4名）に満たない場合は中止の場合もございます。

4. ご請求について

実施月の月末締め、翌月支払いでご請求書を郵送にてご担当者
様宛にお送りいたします。研修後のお振込をお願いします。