

新企画

2023

2/9木

10:00～17:00

会社の期待に応える人財になる！

若手・中堅社員のための
自己管理力向上研修

講師

(株)ポールスターコミュニケーションズ
代表取締役きた こうじ
北 宏志氏

【略歴】人材育成コンサルタント。年間130回以上の研修に登壇し、これまでの受講生は13,000名を超える。熱く、受講者に元気や勇気を与えることから「研修業界の松岡修造」の異名を持つ。私立中学・高校での6年間の教員を経て2013年よりビジネスの世界へ。中国大陸で日本製ランドセル販売を3年間で9.7倍に拡大させ黒字化した経験から、海外ビジネスのアドバイザーとしても活躍している。主な著書に「ビビリの人生が変わる逆転の仕事術」（三オブックス2020）

【会場】大宮ソニックシティ

特色

自己成長への道は、誰かが導いてくれるものではありません。自分自身で、自己の課題や成果を定め、成長循環を作り出す力が求められます。本セミナーでは、3つのねらいを定め、皆さまの自己成長をお手伝いします。

【3つのねらい】

- (1)セルフマネジメントの具体的な方法を学び、実践できるようになります。
- (2)理想と現実を対比させ、自分自身と真剣に向き合います。
- (3)タイムマネジメントの方法を理解し、自分の形を見出すことで仕事の生産性を高めます。

カリキュラム

※録音・録画はご遠慮下さい。

1. これからの時代に必要な自己管理力とは？

- (1)組織に指示待ち人間は必要ない
- (2)仕事は労働時間でなく、成果で評価される
- (3)等しく与えられている“時間”をどう有効に使うか

4. 即実践！自己管理術の実践

- (1)毎日を考察し、自分自身を成長させ続けよう
- (2)成果の上がるイメージトレーニングの方法
- (3)経験学習理論をセルフマネジメントに活かす

2. 理想と現実を“見える化”する自己分析

- (1)理想と現実を対比させ、その差を知る
- (2)理想にたどり着くために必要なことを洗い出す
- (3)仕事パフォーマンスの向上はプライベートの充実と直結する

5. セルフマネジメントの実践

- (1)目標設定法と達成法
- (2)目標必達の習慣形成法
- (3)自分を成長させ続ける自己研鑽法

3. 生産性を高めるタイムマネジメントの方法

- (1)自分の仕事の進め方、時間の使い方を振り返る
- (2)仕事の優先順位づけの基準
- (3)成果の上がるスケジュール作成とT o D oリストの作り方

受講方法

本セミナーは、『会場受講』埼玉（大宮）開催です。

「セミナー（会場受講）のご案内」をご持参の上、セミナー当日、開催時間までに「大宮ソニックシティ」にお越しください。
埼玉県さいたま市大宮区桜木町1-7-5 大宮ソニックシティビル（JR「大宮駅」西口）

※昼食ならびに無料駐車場のご用意はございません。

受講料

※「入会特典」・「継続特典」をご使用の際は、ホームページのセミナーお申込みフォームの通信欄に「〇〇年度入会（または継続）特典利用希望」とご入力ください。

会員 26,400円

* 参加者1名様、消費税等、テキスト・資料代を含む

* 「入会特典」・「継続特典」・「優待サービス」をご利用いただけます。

一般 34,100円

会員の方：入会時にご選択いただきました「口座振替」あるいは「お振込み」のいずれかのお支払い方法になります。

一般の方：振込先について事務局よりご連絡いたします。セミナー開催4営業日前までにお振込みください。

* キャンセルはセミナー開催2営業日前の17時までにご連絡ください。それ以降のキャンセルは、受講料の全額をいただきます。

なお、参加申込みが催行可能人数に満たない場合や講師の病気、天災等により、開催を中止させていただく場合がございます。

お申込みは、当社HPよりお願いいたします。 <https://www.rri.co.jp/seminar/>

りそな総研セミナー 検索

お問合せ先

りそな総合研究所 研修セミナー部（東京） ☎03-5653-3951 ✉edu-tky@rri.co.jp