

ポインタオフィス 講師別カリキュラム案

2026年

■新入社員対象コミュニケーション研修 ～ソリューションフォーカス理論活用

◆**ねらい** : 実践型コミュニケーション力の向上により、社内の上下左右、社内社外の人間関係構築、チームビルディングを目指します。理論は欧米で注目されているソリューションフォーカス理論をベースに展開。ブラインドワークでは相手の立場を体験することで、配慮の具体性を学びます。

◆カリキュラム案

時間	内容	手法
AM	1.オリエンテーション (1) 目的確認とタイムライン説明 (2) 講師自己紹介	講義
	2. 言語・非言語実験(言葉と全身で使えるものを使い切る) (1) コミュニケーションの目的(理解と信頼のための伝達と対話) (2) コミュニケーションに関する3つの誤解 ① 話し上手がコミュニケーション ② つまる・噛む・朗読がコミュニケーション ③ 無表情・無反応で人の話を聞くことがコミュニケーション	講義 グループワーク
	3. 3つの実験でコミュニケーションを体感学習 (1) 相手との距離・角度・高低実験 (2) 声の大小・高低・リズム実験 (3) ポーカーフェイス・否定実験 (4) まとめ(自分らしいコミュニケーション)	ペアワーク
	4. ソリューション・フォーカス(SF)の理論や目的を理解 (1) プロBLEM・フォーカスとソリューション・フォーカス(SF)の違い体験 (2) フィードバックを共有 (3) デモを見る	講義 グループワーク
PM	5. 指導と質問のブラッシュアップ“ブラインドワーク” (1) ブラインドワーク実践 (2) 振り返りと共有と対話	講義 ペアワーク グループワーク
	6. SFを実際にやってみる① 3人で3回転 ① 「Q10・10分SFポンタモデル」で実践 ② 振り返りと質疑応答①	講義 グループワーク
	7. SFを実際にやってみる② 3人で3回転(メンバー入替え) ① 「Q10・10分SFポンタモデル」で実践 ② 振り返りと質疑応答②	グループワーク
	8. SFリフレクティング・グループによるSF活用ミーティングの進め方 ① SFリフレクティング・グループ解説 ② 実践(5～6人チーム編成)1人の課題で1回転 ③ フィードバックで共有	講義 グループワーク

※理論学習よりも、現場で実践できる内容ですが、弁別性の高いチームの場合は理論学習を先行した後に体験学習を重ねることもできます。

※さらにゲーム性を使って、楽しい研修をしながら、解決志向に向かうためにはコーチングダイス®を使った研修が可能です。

■キャリアデザイン研修

◆ねらい：人生100年時代の今、人事制度も多様化してゆきます。そこで社員個人としての「未来の働き方」に焦点をあてた研修です。過去・現在を振り返り、未来のキャリアをどうデザインするか、講義よりも個人ワークとグループワークに重点を置いて実施します。どう働き、どう生きていくのかをテーマに、参加者ご自身の未来に対する理想と課題を考えながら、解決に向かいます。

◆カリキュラム案

時間	内容	手法
AM	1. 過去の棚卸し (1) ライフラインチャート(自分エンジン・グラフ)を活用した、経験・知識・強み・弱みの棚卸し ① 実務からの事実を書き出す ② 点と点を線で結びながら、自分の強みと弱みを発見する ③ 他者の「自分エンジン・グラフ」を使った対話から、更に自分の特徴を掴む 2. 現在の整理(したいこと・得意なこと・すべきこと) (1) 棚卸しを通じて明確にした事実を元に、過去にしておきたかったことやすべきことを振り返り (2) 現在の職務、過去の知見、未来の希望から「したいこと」「得意なこと」「すべきこと」の整理と発見(自分ロータリーエンジン・グラフ活用) (3) 「こうあるべき」というフレームを外し、理想の未来についての創造と想像 3. コーチングダイス®を活用した未来創造 (1) 理想の未来について、解決志向の問いを重ねる ① 2人一組になり、相互に実施 ② コーチングダイス® に書かれた6つのテーマに基づいて問いを重ねる	講義 個人ワーク グループワーク 講義 個人ワーク グループワーク 講義 ペアワーク
PM	4. コミュニケーション・ワークショップ (1) 話す・聴く・問いかけのトレーニング (2) アイコンタクト・声・距離のトレーニング 5. 障害を想定して、解決に向かうロールプレイ (1) 3人のグループワーク。 ロールプレイ形式で、障害となりうる課題を問いかけてもらう (2) 課題となりうる障害への対策をアドバイスしあう 6. 理想実現のためのブラインド・ウォーク (1) 安全確保を前提に、どうすれば暗中模索のなかで、理想が実現するかを体感学習する ① ペアで一人がリーダーになり、一人が目を閉じて10分歩く (前半5分は相手に触れて歩く、後半5分は身体を離して歩く) ② 交代して、歩く ③ 研修会場で、学びの共有 7. まとめ ※対象者を40代/50代等年齢別にするなど、研修目的と対象に合わせて、カスタマイズしてゆきます。	講義 ペアワーク 講義 個人ワーク グループワーク 講義 ペアワーク グループワーク