



成長のための
7つのパワー

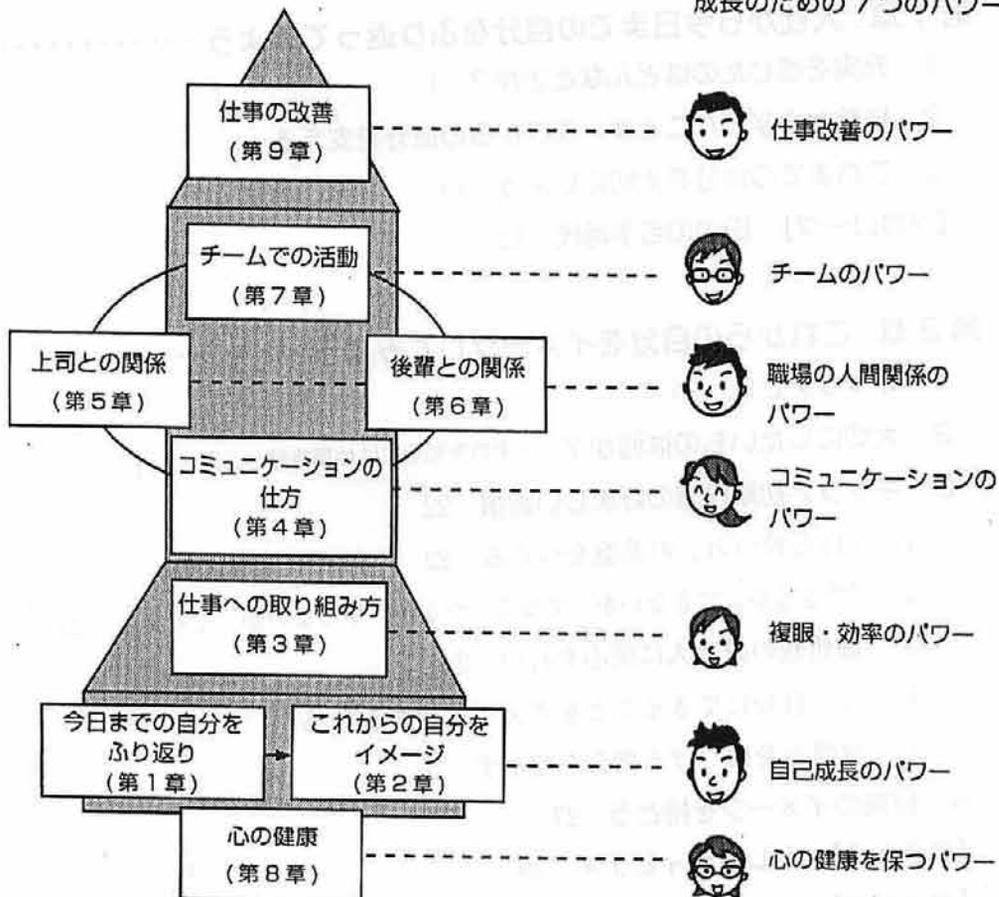
若手リーダー パワーアップ 講座



受講者の皆さんには実際の仕事場面をふり返って頂きながら、それを題材として学ぶ内容となっていますので、この3カ月間、日々の出来事に本講座を位置づけて取り組んでみてください。受講されるすべての方にとって、将来に向けたステップアップの一助となるものと思います。

執筆者 福田貴一

成長のための7つのパワー



《 CONTENTS 》

1 カ月目学習 (T1)

自己成長のパワー

- 第1章：入社から今日までの自分をふり返ってみよう…………… 3
- 1 充実を感じたのはどんなときか？ 4
 - 2 経験から学んだことが、これからの自分を支える 8
 - 3 これまでの自分を大切にしよう 10
- 【プロローグ】 田中の若手時代 12
- 第2章：これからの自分をイメージしてみよう…………… 15
- 1 キャリアとは 16
 - 2 大切にしたいものは何か？ -それを知るには仕事経験が必要- 17
 - 3 キャリア初期段階の好ましい習慣 22
 - (1) 「自ら育つ力」の基盤をつくる 22
 - (2) “できるか、できないか” でなく “やるか、やらないか” で考える 24
 - (3) 価値観の違う人に関心を持つ 24
 - (4) 今、自分にできることを考えて実行する 25
 - (5) 習慣を身につける機会を増やす 26
 - 4 将来のイメージを持とう 27
- 【コラム1】 セレンディピティ 29
- 【コラム2】 「3人のレンガ職人」 30

- (2) 聴き手の特徴をおさえる 68
- (3) 上手な自己表現の方法
- (4) ハッピーな結論を出す話し合い方

4 質問する 75

- (1) 知らない部分を明確にした質問 77
- (2) 相手を選んで「訊く」 77

【コラム4】 同じ3分でも…… 79

【コラム5】 ステレオタイプとは 80

職場の人間関係のパワー

第5章：上司は身近なサポーター -その力を借りて良い仕事をしよう- ** 81

1 上司との関係に注目する 82

- (1) 上司が部下に対して持つ力 82
- (2) 上司と良い関係を築く 83
- (3) 上司はこんなことを期待している 84

2 上司との会話術 87

- (1) 上司に話を聴いてもらう 87
- (2) 報告だけで終わらせない「キャッチボール」の心得 88

【コラム6】 上司への報告 93

【コラム7】 電話で済む用件と済まない用件 94

第6章：後輩への関わりで自分も成長する 95

1 人を巻き込む力がリーダーシップ 96

2 後輩の面倒を見るポイント -後輩の様子をインプットする- 97

- (1) 「小さな変化」をキャッチする 97

- (2) 「何に困っているのかな？」と観察する 97
- (3) 美点凝視で後輩から学ぶ 98
- 3 後輩の面倒を見るポイント -後輩への関わり方- 99
 - (1) 後輩の「持ち味(良いところ)」を言葉にして伝える 99
 - (2) 指導するときには遠慮は無用 100
 - (3) 後輩それぞれに適した関わり方を 101
 - (4) 後輩と直接話をする時間をつくる 102
- 4 後輩に自分の経験を語ろう 102
 - 【コラム8】メラビアンの法則 104

3ヵ月目学習 (T3)

チームのパワー

- 第7章: チームの中で実力がついてくる..... 107
- 1 個人の総和を越えるチームの力 108
 - 2 チーム活動で大切なこと 110
 - (1) チームメンバーの関係の質を高める 111
 - (2) チームの「思考の質」を高める 112
 - 3 チーム状態の変化 118
 - (1) チーム状態の移り変わり 118
 - (2) チームは「混乱期」を経て強くなる 120
 - 4 チームの中での行動を考える 121
 - 【コラム9】 人生は「質問」で変わる 123
 - 【コラム10】 研修を受けても意味がない!? 124



さくいん 155

参考図書 157

