

新講座

自己マネジメント能力を高める4つの錬成力

～できる社員はここが違う！伸びている社員はここを徹底している！～

本セミナーでは、企業が求める人材の持ち合わせる4つの錬成力習得を目的に進行します。ワークやディスカッションを通して、自身の現状について振り返ることで、具体的課題が明確になります。

日時

2024. 10/11 金

9:30～16:30 (受付開始 9:00)

定員

60名

※申込状況により増席になる場合がございます

会場

アゴラ静岡 7階 大会議室
(静岡銀行 呉服町支店ビル)静岡市葵区追手町 1-13 (JR静岡駅から徒歩約8分)
駐車場の用意はございません。
(公共交通機関をご利用ください)

会場マップ

「結果を出す人」の
セルフマネジメント手法を伝授!いけだ としこ
池田 稔子 氏

対象

●若手社員の方 ●次世代リーダーの方

おすすめの理由



- ★企業の求める「できる社員」「伸びている社員」の行動特性を学べます。
- ★ビジネスで注目される自己マネジメント能力の重要性について理解を深めます。
- ★ダイバーシティ時代を生き抜くための4つの自己マネジメントスキルを習得できます。

他団体セミナーでの声



チェックリストにより自分を客観視することで、課題に対する具体的な考え方や行動のヒントが得られた。



講義とディスカッション・ワークのバランスが良く、他社の方々と情報交換でモチベーションが上がった。

プログラム (抜粋)

※詳細は HP をご覧ください



- 1 我々を取り巻く社会環境の変化
 - ・ダイバーシティからインクルージョンへの転換期
 - ・働き方への価値転換と3大ストレス
- 2 最大の成果を出すための自己マネジメントとは何か？
 - ・キャリア自律のための4つの錬成力プラスワン
 - ・現状の自己マネジメントチェック
- 3 【錬成力1】「感情マネジメント」でフラットな自分を保つ
 - ・感情は対人関係の中で発生することが多い
 - ・心理学側面からの感情マネジメント方法
- 4 【錬成力2】「時間マネジメント」で自分に余裕を持つ
 - ・「段取り」と「タイムマネジメント」の違い
 - ・限られた時間枠で仕事をこなす2軸法
- 5 【錬成力3】「意欲マネジメント」で明日の活力を得る
 - ・自身の意欲の源を振り返る
 - ・自身のモチベーションを把握する
- 6 【錬成力4】「目標マネジメント」で最終成果を勝ち取る
 - ・目標達成のための問題と課題の区別
 - ・目標マネジメントのための SMART 法

※本セミナーはワーク等を取り入れながら進めてまいります。

※休憩は、途中で適宜取ってまいります。

※内容は一部変更になる場合がございます。



講師

Edu. ANNEX 代表

いけだ としこ
池田 稔子 氏

大学卒業後、大手金融機関に入社。役員秘書として従事するかたわら、営業推進の企画運営・人材育成業務なども手がける。その後、京都大学大学院研究科にて教授秘書として従事した後、研修会社の創業メンバーとして活躍。

現在、Edu. ANNEXを設立し、企業や行政における業務効率化研修・事務改善研修等の実務研修、マネジメント研修・コミュニケーション研修等のヒューマンスキル研修を切り口として、組織活性化コンサルティングを行う。

講義は共創の学びをモットーとし、机上の理論ではなく実務に即した内容に重点を置いた研修は高い評価を得ている。

事務局より

情報過多、多様な人材の活用といった社会動向の中、自分らしさを失わずに成果を出すことがますます求められます。

「できる社員」の行動特性にフォーカスし、最高のパフォーマンスを実現する手法を伝授します！

受講料 (一人あたり：資料代、消費税を含む)

会員区分	申込人数	1～2名	3名以上
維持会員		13,200 円 /人	10,450 円 /人
賛助会員		26,400 円 /人	20,900 円 /人
非会員		39,600 円 /人	31,350 円 /人

当研究所 HP・SNS も
ぜひご覧ください！

HP



X



YouTube



お申込み要項 今後は WEB 申込がメインになります！

①当所HPのセミナーページまたは下のFAX用「参加申込書」にてお申込みください。5名以上の場合は、複数にわけてお申込みいただくかHPの専用フォーマットをご利用ください。

②開催日の2週間前をまでに、「参加証」と「請求書」をemailまたは郵便でお送りします。

請求書に記載の期日までにお振込をお願いします。

★キャンセルの場合は、開催日前日の正午までにご連絡ください。

それ以降は、ご入金の有無にかかわらず受講料をいただきますのでご了承ください。

★諸般の事情により、日程・内容が変更または開催が中止となる場合がございます。



WEB
お申込み
受付中！

静岡経済研究所 経営セミナー 🔍 検索

参加申込書 (10/11 4つの錬成力)

貴社名	業種		電話
ご住所	〒		FAX
会員区分 (いずれかに○)	維持会員	賛助会員	非会員
連絡ご担当者 メールアドレス	連絡ご担当者 (所属・氏名)		
ご参加者氏名	(フリガナ)	(所属・役職)	
	(フリガナ)	(所属・役職)	
	(フリガナ)	(所属・役職)	
	(フリガナ)	(所属・役職)	

・ICレコーダーなど、録音機器のお持ち込み、講義中のパソコン等のご使用はご遠慮ください。

・当所では、個人情報の保護に関する法律（2003年5月30日法律第57号）に基づき、セミナーにお申込みいただいた皆様の個人情報を取り扱っております。詳細につきましては、当所ホームページ（<http://www.seri.or.jp>）「プライバシーポリシー」にてご確認ください。

参加申込書送信先 FAX 054-250-8770

お問い合わせ先

一般財団法人静岡経済研究所
静岡市葵区追手町1-13 アゴラ静岡5階

セミナー担当

TEL 054-250-8750