

部下に自律・自走して欲しい管理職・チームリーダーの方へ

# 部下の成長を支援×促進する

## 「1 on 1 ミーティング」の進め方

とき 2024年 12月 12日(木) 9:30~16:30

開催形式 会場(中産連ビル 研修室) または オンライン(ZOOM配信)

～「指示」や「命令」のタテではなく、「勇気づけ」や「応援」のヨコの関係で、  
部下が自律的に成長できる環境をつくる！～

ご参加  
いただきたい方

### ●管理職・チームリーダーの方

- ※特に
- 会社の指示でとりあえず1on1ミーティングを始めてはみたものの、効果を実感できない方
  - 部下の不安をできるだけスッキリ解消し、心おきなく仕事に打ち込んで欲しいと願う方
  - 部下一人ひとりが自律的に考動して有機的に連動し、チームとしての成果を上げたいと願う方

部下を勇気づけて応援する“横から目線(伴走)の1 on 1”で、  
信頼関係をしっかりと構築し、成長支援をする！



「1 on 1 ミーティング」とは 何よりも“部下のため”に定期的に行う上司と部下の1対1のミーティングです。もともとアメリカのシリコンバレーで始まったと言われ、日本でも大手企業を皮切りに、近年では中小企業も導入し始めています。部下のモチベーションアップに加え、上司・部下間の関係の質が向上するなど自己成長や人間関係に顕著な効果(好循環)が出るのが大きな特徴です。

そんな中、会社の取り組みで部下と「1 on 1 ミーティング」を始めてはみたものの、管理職やチームリーダーの方々からは、以下のような本音を漏らす方が出てきました。

- (?) 部下から前向きな意見が出てこず、消極的で何を考えているのかわからない…
- (?) 部下の話を聞くことよりも、つい話を遮って上司として自分の思いを伝えてしまう…
- (?) 良かれと思って部下に“自分の時は…”という経験則を話したり、アドバイスをしてしまう…
- (?) 目標面談以外で部下と1対1で話せと言われても、実際何を話せばいいのかわからないので本当に困る。また、部下にとってもストレスになると思う…

このように良質な進め方を学ばずに「1 on 1 ミーティング」を実践しても、“部下の相手は面倒だけど、とりあえず物わかりの良い上司を演じておこう”と考える方が出てきてしまうようです。

### ◆「1 on 1 ミーティング」を企業文化に定着・浸透できた組織では働きがいと業績が確実に伸びている

一方で、「1 on 1 ミーティング」を企業文化としてうまく定着・浸透させることができた組織やチームによれば、

- (?) 上司・部下間の会話の量と質が上がり信頼関係が(再)構築され、コミュニケーション不足が解消されてきた
- (?) 部下が安心して相談できるようになり、以前よりものびのび仕事に取り組んでくれるようになった
- (?) 1 on 1に慣れてくるにしたがってチームの雰囲気が明るくなり、みんなで助け合える働きやすい職場になってきた
- (?) 上司に“人を育てる意識”が強くなったことでマネジメント力も上がり、その結果チーム全体の連携が以前より良くなったりなど、様々な効果を実感しているようです。

### ◆ 部下の自律考動と成長促進に加え、上司も成長できる「1 on 1 ミーティング」の実践スキル(型)を習得！

そこで、本研修では、部下の成長と自律考動を促進する良質な「1 on 1 ミーティング」が実践できるスキル(型)を学びます。

過去、本研修にご参加いただいた方からは、『● 場のつくり方、話の聴き方、質問のしかたは、部下と良好な信頼関係をつくるためにとても役立つ感じた』、『● 普段実践している目標面談や評価面談とは大きく違って、部下はもちろん管理職も二人三脚で成長していくことができるとしても良い取り組みだと感じた』といったお声をいただいております。

本研修をきっかけにぜひ「部下の成長を促進する「1 on 1 ミーティング」の進め方」を取り入れてチームの活力と生産性を高め、1人でも多くの部下が自律考動することによって、上司・部下とともに今までよりも楽しく仕事に取り組めるようになることで成長しあい、組織の活性化につなげていただきたいと思います。皆さまのご参加をお待ちしています。

## ◆ 研修プログラム (9:30~16:30)

### 1. オリエンテーション

- ・研修の目的とねらい、運営方法
- ・受講生の自己紹介

### 2. 1on1ミーティングの基本

【講義、グループワーク】

- (1) 1on1ミーティングとは
- (2) 1on1ミーティングがもたらすもの
- (3) 1on1はなぜ難しいのか？その理由を考える

### 3. 1on1で部下との信頼関係を構築する

【講義、個人&グループワーク】

- (1) マネジメントスタイルの自己チェック
- (2) 信頼関係を構築する自己開示のしかた
- (3) 自己開示が進みやすい場づくりのしかた
- (4) 意味のある雑談のしかた
- (5) 外的動機付けと内的動機付け

### 4. 1on1で部下の成長を支援×促進する方法

～実践事例をもとに

【講義、個人&グループワーク】

- (1) 具体的な実践事例から学べること
- (2) 部下の納得感が得られる目標管理
- (3) 能力開発とキャリア支援をかなえる視点
- (4) マインドセットがすすむ場の設定と雰囲気づくり

### 5. 1on1の実践

【総合演習：ペアワーク、相互フィードバック】

- (1) 1on1実践の型とツールの活用 ～「傾聴と質問」活用のコツ
- (2) 実のある1on1で継続的な支援をするために
- (3) 実は部下と一緒に上司も成長できるのが1on1

### 6. 研修の総まとめ

- ・全体の振り返り、質疑応答、講師講評

## 講 師

### 中産連講師（人材育成トレーナー）

大学卒業後、経済団体にて人事評価制度改革に携わった後、欧州へスポーツコーチ留学し、現地のプロコーチ養成機関で組織心理学の理論体系の習得に加え、クラブチームでの指導で実践技術を得る。帰国後、通訳・語学校講師を経て(一社)中部産業連盟に入職。公開＆企業内研修のコンテンツの企画・開発・運営に携わる。組織風土改革＆企业文化づくりのコンサルティング、教育計画作成＆再構築のコンサルティングの他、心理的安全性づくり、アンコンシャス・バイアスの外し方、1on1ミーティングの進め方、仕事のアンラーニング、加速成長を実現する仕事術、仕事の教わり方、状況判断力など“正解がない時代”に必要なテーマを中心に研修講師として登壇する。

## 部下の成長を支援×促進する「1on1ミーティング」の進め方 (12/12) 参加要項/参加申込書

参加費（1名様）	中産連会員 セミナー受講のみ 36,300円(消費税込) フォローアップ(事後行動支援)付き★ 42,900円(消費税込)	中産連会員外 41,800円(消費税込) 48,400円(消費税込)	★事後行動支援のラーニングコーチが「1on1スキル」の定着と日常での実践を支援し、マインドと行動の変容をしっかりと後押しします！
申込方法	<p>●中産連ホームページの各セミナー詳細よりお申込みください。(https://www.chusanren.or.jp) 申込みが完了しましたと、申込責任者のメールアドレスに「申込み完了メール」が届きます。</p> <p>●FAXでのお申込みも可能です。下記申込書に必要事項を記入の上、切り取らずに送信してください。</p> <p>●フォローアップ(事後行動支援)を希望される方は下記申込書の欄に「レ」を入れてください。 ※コンサルタント及び教育機関の方のお申し込みはお断りしております。ご了承ください。</p>		
受講までの流れ	<p>&lt;会場受講の場合&gt; 受講票と請求書を開催日の約2～3週間前に申込責任者宛へ郵送します。</p> <p>&lt;オンライン受講の場合&gt;</p> <p>①開催日の約1週間前になりましたら、「参加用URL」「ミーティングID」「パスコード」をメールにてご案内します。</p> <p>②テキストと請求書は開催日の約1週間前に申込責任者へ郵送します。</p> <p>【オンライン受講の注意事項】</p> <p>・配信システムはZoomを使用します。Zoomがインストールできるカメラ付きパソコンをご用意ください。また、イヤホン付きマイクのご使用を推奨します。</p> <p>・接続が切れないよう有線のLAN環境での受講を推奨します。また、接続先環境に起因する音声・映像障害などについては保証しかねますのでご了承ください。</p> <p>・IDを共有してのご利用や、画面を投影してのご利用など、参加者で本人以外の使用はお断りします。</p> <p>・研修の撮影・録音は固くお断りします。</p>		
キャンセルについて	お客様のご都合によりキャンセルされる場合には、以下のキャンセル料を申し受けます。 ・会場受講の場合：開催日の前日（土日祝日を除く）・当日・・・・・・受講料の100% ・オンライン受講の場合：テキスト発送後（開催日の約1週間前）・・・・・・受講料の100% ※テキスト発送日はセミナーにより異りますので下記担当者へご確認ください。		
申込み・問合せ先	一般社団法人中部産業連盟 マネジメント研修事業部 小橋川 〒461-8580 名古屋市東区白壁3-12-13 TEL: 052-931-9824 e-mail: kohashikawa@chusanren.or.jp		

会社名

年 月 日

〒

所在地

TEL

FAX

参加形態	フォローアップ(事後行動支援)を希望(✓)	参加者 所属部課・役職名	参加者氏名(フリガナ)	年齢	E-mail アドレス
<input type="checkbox"/> 会場	<input type="checkbox"/> オンライン				
<input type="checkbox"/> 会場	<input type="checkbox"/> オンライン				
<input type="checkbox"/> 会場	<input type="checkbox"/> オンライン				

申込責任者 所属部課・役職名	申込責任者氏名(フリガナ)	E-mail アドレス

会社概要	業種(主要製品名)	資本金	従業員数	今く述べたたかく個人情報は、セミナー等の運営・情報提供(郵便、メール、FAX等)においてのみ使用致します。 詳細は当連盟HP( <a href="http://www.chusanren.or.jp/privacy/index.html">http://www.chusanren.or.jp/privacy/index.html</a> )をご覧下さい。同意のうえ、ご協力ををお願い致します。関連情報が不要の場合には下記にレ点のご記入をお願い致します。 <input type="checkbox"/> セミナーなどの関連情報の案内を希望しない
		百万円	人	
中部産業連盟会員(○印をお付けください)	会員	・	会員外	