

一度やろう！と決心したにもかかわらず、
気がつけば中途半端になったり、手付かずになることがある方へ

会場受講

オンライン受講
(Zoom)

一般社団法人 中部産業連盟

自律心と粘り強さで磨く

「やり抜く力」の習得と実践

とき

2024年 12月 10日(火) 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)

～最後までやり抜く人と途中でやめてしまう人が持つ“心理の違い”を知り、実践に活かす！～

ご参加
いただきたい方

●すべてのビジネスパーソン

※特に、

- ・やると決めた仕事にもかかわらず、様々な壁を乗り越えられずに最後までやり抜けない方
- ・腹を括らないと達成できない目標があるにもかかわらず、腹を括れずに中途半端で終わってしまう方
- ・困難なことや煩わしいことに直面すると、すぐ妥協してしまう方

「やり抜く力」のメカニズムを理解すれば、何を・どうすべきかが分かり、やり抜く人になれる！



- 困難な仕事や煩わしい人間関係に直面すると、“もう無理”と思って気持ちが切れてしまう…
- 目標完遂への過程で、様々な利害関係者との調整で疲れてしまい、当初持っていたやる気が雲散霧消してしまう…
- 予定調和しない仕事をやり抜く自信がない。完遂までイメージできる仕事ならやり抜けると思う。
- 利害関係者間との調整や周りと協力することが少ない仕事、短時間で簡単に終わる仕事なら最後までやり抜ける。

このように考えたことがあるかもしれません。

◆「やり抜く力」は才能を凌駕するもの。いつからでも身につけることができる！

仕事で困難や煩わしい事柄に直面した時、みなさんはどういった行動を取りがちでしょうか？

おそらく大半の方は、妥協したり、もうできない！と上司に訴えたり、心が折れてしまったりするのではないか？

ただ、そういう選択が“能力アップや成長につながる経験”になったかと問われると、残念ながら Yes とは答えられず、最終的には何も(ほとんど)成長することができなかった、いわゆる「現状維持という名の相対的後退」という結果に終わってしまいます。

一方で、もがきながらも創意工夫や試行錯誤して最後までやり抜いた人は、その体験でしか得られなかった自信やスキルを得て、“次も頑張れば、やり抜くことができる！”という自信を実感として心に刻み込むことができます。そして、そのやり抜いた自信が自己効力感を高め、更なる好奇心や挑戦へと自分を駆り立て、また更に活躍の場を広げていくのです。

そう言われても、自分には特別な成功体験もない平凡な人間であり、どうやっても困難に挑んで乗り越えられる人にはなれそうにない…。このように思ってしまうのもよくわかります。

そこで本研修は、

- ✓ 今の自分のやり抜く力を「数値化」して「自分のありたい姿と現状との差分」を認識し、自分に必要な取組みを知る
- ✓ 「やり抜く力」を持つ人の多くが共通して備える思考&行動特性を知り、自分にも活かせるようとする
- ✓ 歴史的偉人の足跡から、「やり抜く力」は“才能や天性を凌駕する”ことを知る
- ✓ やり抜く力を持つ人の多くが「日々実践している行動習慣」を知り、自分にも取り入れて実践できるようになる
- ✓ 途中で挫折そうな時や心が折れそうな時でも、「メンタルを回復させて、再度目標に向かっていける」ようになる

ことを目的として、研修の中で全面的に支援していきます。

このように、「やり抜く力」のメカニズムを学び、まだ自分の中に眠っている「潜在的なやり抜く力」を研修中に引き出していく

「自分にはまだまだやり抜く力が足りないと思っており自信が持てない方」、「忍耐力が求められる仕事をまだやり抜いた経験がない方」、「その日の気分や周りの環境の影響を受けてしまい、モチベーションが安定しない方」にこそご参加いただきたい研修です。

「やり抜く力」は才能を凌駕します。エジソンやAINシュタイン、レオナルド・ダ・ヴィンチ、モーツアルトのような傑出した偉人は、才能にあふれた天才と言われますが、実際には他の誰よりも仕事に情熱を注ぎアウトプット(数)し続けた人たちであり、偉大な作品や成果の陰には必ず数多く失敗をしながらも最後までやり抜くことによって偉大な作品を生み出してきたのです。

「やり抜く力」を磨くことによって仕事の楽しさと明るい未来を切り拓くきっかけを本研修でつかんでください！

◆ 研修プログラム (9:30~16:30)

1. オープニング

・研修の運営方針と目的の説明、アイスブレイク

2. やり抜く力の本質

- (1)自分のやり抜き度を数値化してみる (2)やり抜く力が強い人の特徴
- (3)幸せを感じることができる人(現状肯定力が強い人)
- (4)やり抜く力を削いでしまうもの
- (5)やり抜く力を削ぐものからどうやって遠ざかるか

3. 自分がやり抜いた経験から、「自分が今持つ“やり抜く特性”を探し当てる

インタビュー×グループ共有

- (1)自分がやり抜いた経験をインタビュー

- (2)インタビューを経て、「自分が今持っている“やり抜く特性”」を鮮明に認識
- (3)自分のやり抜く特性と今の仕事で活かせる自分の特性とを比較

4. 自己肯定感がやり抜く力を底上げする

講義×演習

- (1)あらゆる物事をやり抜くために役立つ「5つの取組み」
- (2)やり抜くメンタルを整えて、自己影響力を拡張させる
- (3)「変えられるもの・変えられないもの」との向き合いか
- (4)硬直したマインドとしなやかなマインドが生み出す違い

5. 最後までやり抜くために必要なもの

講義×演習

- (1)仕事における自分の最優先順位の決め方 ~Why・What・How
- (2)初速と持久力を上げるマインドセット

- (3)弾み車の法則 (4)3人のレンガ職人

6. 良い人間関係づくりとやり抜く力にある正の相関

講義×演習

- (1)3人集まれば文殊の知恵と、弁証法の意義
- (2)孤軍奮闘(周りの協力なし)で成果を出すのが難しい理由
- (3)自分の短(長)所が相手にとっては長(短)所の可能性もある
- (4)物事を様々な角度で捉えるクセをつける～観点は多ければ多いほど良い
- (5)効用をもたらすのは、ポジティブさだけではない
- (6)幸福感を感じることができる12の習慣とは
- (7)GiveとTakeの理想的なバランス

7. エネルギーを無駄遣いせず、やり抜く力を最後まで発揮する

講義×演習

- (1)体力(エネルギー)は有限と心得る
- (2)仕事を“性質”で区分し、優先順位をつける
- (3)凡人・達人・残念な人、それぞれの仕事の進め方の違い
- (4)思考停止状態による“作業”を減らし、創造による“仕事”を増やす方法
- (5)確実に身になる経験の積み方(学びのアプローチ)
- (6)最後までやり抜いて、歴史に名を残した偉人から得られる示唆

8. 研修のまとめ

- ・全体の振り返り、決意表明、質疑応答、講師講評

講 師

中産連講師 人材育成トレーナー

経済団体にて人事評価制度改革に携わった後に欧州へスポーツコーチ留学。組織心理学やモチベーションのしくみについて現地のプロコーチ養成機関で知識体系を学び、クラブチームでの指導を通して実践技術を学ぶ。帰国後、通訳や講師を経て(一社)中部産業連盟に入職。公開&企業内研修の企画をはじめ、研修コンテンツの開発&プロデュースに携わる。250社以上の教育計画策定アドバイザリー経験、組織開発、教育体系構築&運用支援コンサルティングをはじめ、不透明で正解がない時代のビジネスパーソンの活躍支援に向け先進かつユニークなテーマでの研修講師を担当。これまで携わった企業向けの研修は公開&企業内研修を合わせて2,500件以上。

自律心と粘り強さで磨く「やり抜く力」の習得と実践 (12/4) 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 フォローアップ(事後行動支援)付き★	36,300円(消費税込) 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)	★事後行動支援のプロコーチでもある本研修の講師が、皆さまの学びと実務を紐付け、「やり抜く力」の更なる向上と定着に向けてしっかりと支援いたします。
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「申込完了メール」が届きます。 ●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。 ●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><会場受講の場合> 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。 <オンライン受講の場合> 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。 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。 【オンライン受講の注意事項】 ・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。 ・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。 ・IDを共有してのご利用や、画面を投影してのご利用など、参加者ご本人以外の使用はお断りします。 ・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 n l i n e 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

会場概要	業種(主要製品名)	資本金	従業員数	TEL	FAX
		百万円	人		
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	
申込責任者 氏名(フリガナ)					
会社概要	業種(主要製品名)	資本金	従業員数	今回ご記入いただく個人情報は、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(http://www.chusanren.or.jp/privacy/index.html)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。	
中部産業連盟会員(○印をお付けください)	会員	・	会員外	<input type="checkbox"/> セミナーなどの関連情報の案内を希望しない	