自分自身を成長させたい若手社員の皆さま向け　　**会場受講【東京】**

新企画

自己管理で成長し続け、成果をどんどん上げていけ！

若手社員のための自己管理力養成講座

2021
12/10(金)
10:00～17:00

講師　㈱ポールスターコミュニケーションズ　代表取締役　北(きた) 宏志(こうじ)氏

【略歴】　人材育成コンサルタント。年間130回以上の研修に登壇し、これまでの受講生は13,000名を超える。熱く、受講者に元気や勇気を与えることから「研修業界の松岡修造」の異名を持つ。私立中学・高校での6年間の教員を経て2013年よりビジネスの世界へ。中国大陸で日本製ランドセル販売を3年間で9.7倍に拡大させ黒字化した経験から、海外ビジネスのアドバイザーとしても活躍している。主な著書に「ビビリの人生が変わる 逆転の仕事術」（三才ブックス 2020）

【会場】　りそな総合研究所 東京本社セミナールーム

特色

自己成長への道は、誰かが導いてくれるものではありません。自分自身で、自己の課題や成果を定め、成長循環を作り出す力が求められます。
本セミナーでは、3つのねらいを定め、皆さまの自己成長をお手伝いします。
【3つのねらい】
(1)セルフマネジメントの具体的な方法を学び、実践できるようになります。
(2)理想と現実を対比させ、自分自身と真剣に向き合います。
(3)タイムマネジメントの方法を理解し、自分の形を見出すことで仕事の生産性を高めます。

カリキュラム

※録音・録画はご遠慮下さい。

1. これからの時代に必要な自己管理力とは？

(1)組織に指示待ち人間は必要ない
(2)仕事は労働時間でなく、成果で評価される
(3)等しく与えられている"時間"をどう有効に使うか

2. 理想と現実を"見える化"する自己分析

(1)理想と現実を対比させ、その差を知る
(2)理想にたどり着くために必要なことを洗い出す
(3)仕事パフォーマンスの向上はプライベートの充実に直結する

3. 生産性を高めるタイムマネジメントの方法

(1)自分の仕事の進め方、時間の使い方を振り返る
(2)仕事の優先順位づけの基準
(3)成果の上がるスケジュール作成方法とＴｏＤｏリストの作り方

4. 即実践！自己管理術の実際

(1)毎日を考察し、自分自身を成長させ続けよう
(2)成果の上がるイメージトレーニングの方法
(3)経験学習理論をセルフマネジメントに活かす

5. セルフマネジメントの実際

(1)目標設定法と達成法
(2)目標必達の習慣形成法
(3)明日から実行すること　個人ワーク　または　発表

受講方法

本セミナーは、『会場受講』東京（木場）開催です。

受講票をご持参の上、セミナー当日、開催時間までに「りそな総合研究所 東京本社 セミナールーム」にお越しください。
東京都江東区木場1-5-25　深川ギャザリアタワーＳ棟14階（東京メトロ東西線「木場駅」）

※昼食ならびに無料駐車場のご用意はございません。

受講料

※無料券をご使用の際は、ホームページのセミナーお申込みフォームの通信欄に「無料券使用」とご入力ください。

会員　26,400円
一般　34,100円

＊参加者1名様、消費税等、テキスト・資料代を含む
＊「無料券」・「優待サービス」をご利用いただけます。

会員の方：入会時にご選択いただきました「口座振替」あるいは「お振込み」のいずれかのお支払い方法になります。
一般の方：振込先について事務局よりご連絡いたします。セミナー開催4営業日前までにお振込みください。
＊キャンセルはセミナー開催2営業日前の17時までにご連絡ください。それ以降のキャンセルは、受講料の全額をいただきます。
なお、参加申込みが催行可能人数に満たない場合や講師の病気、天災等により、開催を中止させていただく場合がございます。

お申込みは、当社HPよりお願いいたします。　https://www.rri.co.jp/seminar/　　りそな総研セミナー　検索

お問合せ先　りそな総合研究所 研修セミナー部（東京）　03-5653-3951　edu-tky@rri.co.jp