



実践・自己成長研修

～人間力を発揮してチームに貢献する～
～人は誰でも素晴らしい才能をもっている～

オンライン研修可能
(ZOOM利用)
ご相談ください。

エニアグラム心理学を用いて変われない心理に気づき、
“人が変わる7条件”を満たすから変われます。

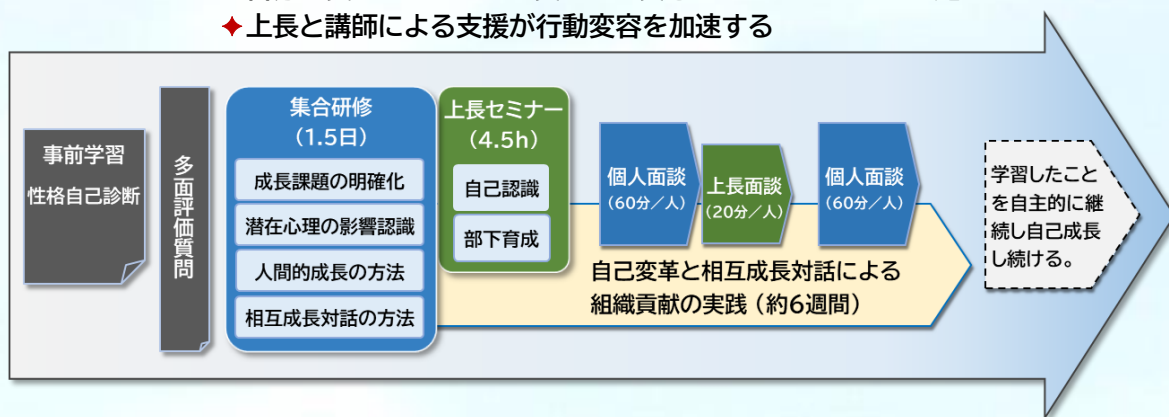
- ◆コミュニケーションの苦手な人がハッキリ言えるようになります。
- ◆指示待ちな人が自分で考え主体的に行動できるようになります。
- ◆ケアレス・ミスの多い人が精度を上げ手戻りを無くすようになります。
- ◆慎重に時間をかけすぎる人が効率的に動くようになります。

人が変わる7条件

- 1 真実の自分と向き合う
- 2 自分にメリットがある
- 3 目的が明確である
- 4 方法がシンプルである
- 5 協力者がいる
- 6 変われる環境がある
- 7 効果を実感できる

研修プロセス

- ◆自分が変わればチームが変わると実感しマインドチェンジが起きる
- ◆上長と講師による支援が行動変容を加速する



プログラム

第1日(4.5h)	第2日(7.5h)
オープニング ・多面評価の考察と研修を受ける意味 第1部 自分を知る ・世界的人間学“エニアグラム”とは ・自分の性格タイプを知る ・行動パターンの根元を知る 第2部 自分流の悪影響を知る ・組織成長を阻害する人間的要因 ・素直に言えない心理 ・行動を変えられない心理 ・〔演習〕潜在心理の悪影響は？	第3部 自分を変える方法を知る ・エニアグラム活用の行動変容理論とは ・人間的成長へのヒント ・〔演習〕やめること・はじめること 第4部 相互理解を深める ・対人ストレスの要因と人間関係のヒント ・できるチームになるには ・相互成長のダイアログとは ・〔演習〕相互成長対話をやってみよう 決意表明 まとめ

学習のポイント

- ・多面評価で成長課題を認識する。
- ・エニアグラムで人間の行動原理を知る。
- ・素直に言えない心理を知る。
- ・変われない心理を知る。
- ・対人ストレスの要因を知る。
- ・人間的に成長する具体的方法を知る。
- ・できるチームの在り方を学ぶ
- ・関係を深める対話方法を学ぶ。
- ・行動変容にチャレンジする。(実践学習)
- ・チームに貢献する喜びを実感する。

プログラムは事情により変更されます

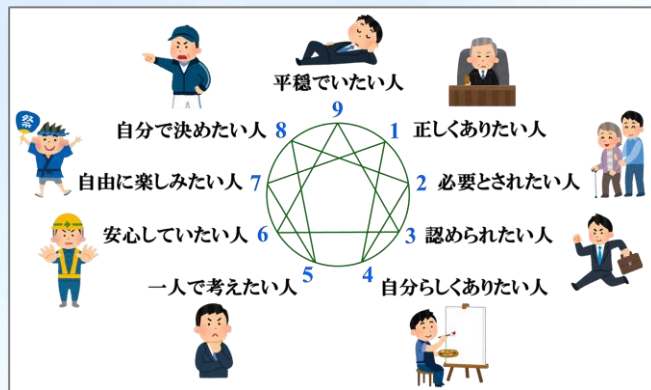
研修対象: 若手～中堅社員
現場リーダー、SEリーダー
(チーム単位での受講がベスト)
最適人数: 12～14名(最大20名まで可)
研修期間: 5～6週間



講師 髭 彰 株式会社CAP総研 代表取締役
元伊藤忠テクノソリューションズ勤務、SEから人材開発センター長を歴任、2001年より現職。
行動変容理論『人間的成長セオリー』、相互成長対話技法、組織強化ミーティング技法、組織活性化
度調査システム、マネジメント才能多面調査システムなどの開発者。行動変革研修、組織活性化
コンサルティング、講演、執筆など、エニアグラムをビジネス界に普及する第一人者として活躍
中。著書に『できる上司の部下を動かす行動習慣』(明日香出版)がある。

エニアグラムとは

- ・エニアグラムは『人間は9つの本質を持つ』とする理論。
- ・2000年以上の歴史があり、20世紀になってスタンフォード大学を中心に研究が進められ、現代の心理学と融合して発展してきた。
- ・『世界で最も優れた人間類型論』と評され(米国タイム誌)、多く大学の履修科目にもなっている。
- ・どの分類方法よりも深く潜在心理を解明しているため応用範囲は非常に広く、映画・ドラマ・小説のキャラクター設定に、学校での指導やカウンセリングにも使われている。
- ・トヨタ、IBM、Googleなど、多くの企業で社員教育に活用され、国内ではソニーが最初に導入した。



9つの性格(実際には108のタイプがある)
性格タイプの名称はCAP総研のオリジナル。

エニアグラムは人間性の問題に答えをくれる

人間性(性格・価値観・行動パターン)は容易に改善できない問題であり、人材育成や組織開発の盲点となるが、エニアグラムはこの問題に答をくれる。

◆エニアグラムは人間性の元(潜在心理)を解明しているから…

- ➡性格や行動パターンの根元が分り自己認識が深まる。
- ➡人間的に成長する具体的な方法をタイプごとに教えてくれる。
- ➡潜在心理にアプローチするから変わることができる。
- ➡互いの違いを深く理解するから対人ストレスが減る。

実践すれば

- ◆性格に左右されない適切な判断ができる。(判断力、状況対応力)
- ◆弱点をカバーできて人間的な幅ができる。(自己成長力、自律力)
- ◆相互理解が深まり人間関係がスムーズになる。(協働力、対人関係力)
- ◆1on1ミーティングがより有意義なものになる。(コミュニケーション力)
- ◆弱みを自然に開示できるから心理的安全性が高まる。(働きやすい環境)

有意識
性格や行動パターン

無意識
根元的欲求
根元的恐れ
囚われ

素晴らしい資質

エニアグラムは単なる性格分類ではなく、無意識の潜在心理が性格や行動パターンの根元となっていることを解明している。

人間的な成長課題を解決できる

性格タイプ	人間的な成長課題
タイプ1 正しくありたい人	・細かくやろうとして時間がかかる。・仕事を抱え込んで残業が増える。・自他を責めてストレスを溜めがち。
タイプ2 必要とされたい人	・嫌われたくないから遠回しな表現になり伝わらない。・他者を優先して自己成長が遅れる。・論理的思考が苦手。
タイプ3 認められたい人	・見栄っ張り自分で自分を誇張する。・ビジネスライクで親密になれない。・効率を優先して一方的になりがち。
タイプ4 自分らしくありたい人	・表現がユニークで伝わらない。・論理的コミュニケーションが苦手。・気分屋な面があり好き嫌いで判断しがち。
タイプ5 一人で考えたい人	・考えがまとまるまで言わない。・報連相が遅い。・人付き合いが苦手。・考えすぎてアクションが遅れる。
タイプ6 安心していたい人	・反論を恐れてハッキリ言えない。・慎重すぎて優柔不断になる。・新しい事に不安が強く保守的になりがち。
タイプ7 自由に楽しみたい人	・思いつきで発言・行動する。・早合点して動き手直しが増える。・反省が浅く同じミスを繰り返す。
タイプ8 自分で決めたい人	・忠告やアドバイスを聞き入れない。・勝手な判断でルールを乱す。・異論には対抗的になりがち。
タイプ9 平穏でありたい人	・意見があっても言わない。・課題の対処が遅れバタバタする。・報連相が遅い。・指示待ちになりがち。

問い合わせ先 株式会社CAP総研 TEL: 03-6272-9370
Eメール: inqtocap@capsk.jp http://www.capsk.jp/
〒102-0075 東京都千代田区三番町28-6 三番ビル1F

CAP
CAREER ADVISE AND PROMOTION