

## 令和元年度 SF 研修実施要項

1 研修名：「職場の笑顔と成果を増やす肯定型コミュニケーション研修」（インターバル研修）

2 主催：株式会社ソリューションフォーカス（代表取締役 青木安輝）

3 研修概要：

職場の笑顔と成果を増やすためには、目標達成に向かう過程でその関係者の肯定的な側面に焦点を当て、未来志向な発想で課題解決を行う「ソリューションフォーカス（解決志向）」が有効であるという観点にたち、前期では参加者同士の体験型ワークを通じて実践的な学習を提供します。約一カ月間のインターバル期間では、学んだ内容を応用して、職場での実践にチャレンジしていただいた上で、後期では、実践結果を振り返る中で、成功からも失敗からも「笑顔と成果を増やす」ポイントを学ぶことができます。平成 20 年度から平成 30 年度まで JIAM（全国市町村国際文化研修所）にて継続開催された研修と同内容で、宮城県伊具郡丸森町の国民宿舎にて実施します。全国各地より募集する自治体や各種団体職員および企業の皆様を対象にして、参加者同士が「認め合い、学び合い、応援し合う」交流を通じて相互活性化の要点を身につけていただく研修です。

◆ソリューションフォーカスとは：

ソリューションフォーカス（SF）とは、問題の中身や原因について深く掘り下げていく手法とは正反対の考え方です。原因分析をするかわりに、「どうなりたいか」「何を手に入れたいか」という肯定的な未来イメージをつくる過程を先行させ、既に存在する肯定的要素に焦点をあてることで、すぐに実行可能な具体的解決行動を導き出す思考法およびコミュニケーション手法です。人は感情に大きく左右されやすいので、肯定的な視点でお互いの言動を受けとめ、人と人の間に「快」感情を増やすことで、望む未来に向けたアイデアの創出や自発的行動が増えることをねらいます。

もし以下のような悩みを抱えているのであれば、ソリューションフォーカス実践がその突破口になる可能性が高いです！

\* チームメンバー同士の会話に前向き感がなく、張り合いが感じられなくなってしまう。

\* 会議や打ち合わせ等で、否定的な発想や発言が多くて、長い時間をかけている割に解決策が見つかりにくい流れになってしまいがち。

\* 改革をしたいという思いはあるが、組織的な変革となるハードルが高すぎて、なかなか進めることができない。

「ソリューションフォーカス（解決志向）」の最大の特長は、人が元気になることです。この手法は、職場だけでなく、家庭、学校、サークル、地域活動など、どのような場面でも活用可能です。また、誰でも、どこでも使えるのが、ソリューションフォーカスの持ち味です。職場をはじめとする様々な場面において、笑顔を増やし実際に前向きな変化を生み出したいと望む方が「こんな小さなことで、人は変化するのか！」と驚かれることが多いです。変化へのキーは「スモールステップ」です。

- 4 日程：(前期)令和元年 10 月 8 日（火）～10 月 9 日（水）（2 日間）会場①と会場②  
（後期）令和元年 11 月 12 日（火）～11 月 13 日（水）（2 日間）会場①のみ
- 5 場所：会場① 〒981-2116 宮城県伊具郡丸森町不動 50-5 国民宿舎あぶくま荘  
電話 0224-72-2105 FAX 0224-72-4468  
会場② 〒981-2152 宮城県伊具郡丸森町字鳥屋 120 丸森まちづくりセンター  
電話 0224-72-1683  
※前期日程は 10 月 9 日(水)朝食まで会場①。朝食後は会場②に移動。後期は両日とも会場①。
- 6 対象：職場の活性化について効果的な進め方を探している市町村の職員の皆様および各種団体や企業の皆様。担当部署・役職は問いません。若手の方から管理職の方まで幅広い層に好評の研修です。4 日間全日程をご受講いただける方を対象とします。前期・後期、それぞれの日程における途中退出はできませんのでご注意ください。但し、「再受講者」は前期のみの参加も受け付けます。
- 7 募集人数：40 名 先着順で受付させていただき、募集人数を超えてからのお申込みはキャンセル待ちとなります。
- 8 宿泊：あぶくま荘宿泊棟（宿泊型研修）  
近隣にお住まいの方は、通いでのご参加も可能ですが、初日の懇親会は原則的にご参加いただくことをお勧めいたします。
- 9 参加費：28,000 円（消費税込） これは、宿泊費（2 泊）、食費（朝夕 2 回ずつ合計 4 食分）、事前課題書籍代、阿武隈急行線「丸森」駅からの送迎バス代が含まれます。昼食（2 回分）については、別途お支払いいただきます。「通い」の場合は 15,000 円（消費税込）です。
- 10 申込期限：~~令和元年年 9 月 13 日（金）まで~~ 9 月 20 日（金）まで延長します。
- 11 申込方法：[lg-smile@solutionfocus.jp](mailto:lg-smile@solutionfocus.jp) までメールにて。メールへの記載事項は以下の通りです。  
件名：研修申込「職場の笑顔と成果」  
本文：1. 受講者氏名（よみがな）  
2. 連絡先電話番号（職場・携帯）  
3. 所属団体名、所属課および役職  
4. 事前課題郵送先住所  
(5). 宿泊を希望しない場合は「外泊希望」と記してください。  
備考：申込者一名につき一本のメールでお願いします。メール受信後数日以内に、詳しい受講手続き案内を返信いたします。

12 事前課題：研修受講にあたって、事前課題に取り組んでいただきます。詳細は受講手続き案内にてお知らせします。

13 講師：株式会社ソリューションフォーカス 代表取締役 青木安輝（あおき やすてる）  
<http://www.solutionfocus.jp/sfstaff.html>

14 研修時間割：

<前期初日> 令和元年 10 月 8 日（火）

阿武隈急行線「丸森」駅から送迎バスにて会場にお送りします。バスの発車時刻は 12:10 です。  
昼食を済ませて、あるいは弁当等を購入した上でバスにお乗りください。

12:30 受付

12:50 開講・オリエンテーション

13:00 講義とワークショップ I

18:30 交流会 夕食を兼ねて、ともに学ぶ受講者同士の親睦（情報交換・交流）を深めます。

<前期 2 日目> 10 月 9 日（水）

8:30 講義とワークショップ II

12:00 昼食

13:00 講義とワークショップ III

14:00 「インターバル期間」の課題、メーリングリストの活用法

14:30 終了

終了後は送迎バスにて、阿武隈急行線「丸森」駅までお送りします。

<後期初日> 令和元年 11 月 12 日（火）

阿武隈急行線「丸森」駅から送迎バスにて会場にお送りします。バスの発車時刻は 12:10 です。  
昼食を済ませて、あるいは弁当等を購入した上でバスにお乗りください。

12:30 受付

12:50 研修オリエンテーション

13:00 フォローアップ（振り返り）ワークショップ：

前期研修後の受講者それぞれの取り組みを振り返りながら、意見交換をおこないます。

そして、それぞれの取り組みの中での「小さな成功」を掘り起こしていきます。

18:00 交流会 夕食を兼ねて受講者同士の親睦を深めます。

<後期 2 日目> 11 月 13 日（水）

9:00 講義とワークショップ

12:00 昼食

13:00 講義とワークショップ

14:30 閉講

終了後は送迎バスにて、阿武隈急行線「丸森」駅までお送りします。

★研修内容および時間割については、予告なしに変更が加えられる場合があります。