



第1回 職場を上機嫌にする 公開セミナー

働く人の笑顔創り研究所 みやこラボ
都工業 安全衛生推進委員会

【ご報告】

第1回「職場を上機嫌にする」セミナー

2009年3月20日（金曜日）

13:30～17:30

豊田産業文化センター 4F大会議室

テーマ：職場のメンタルヘルスと実践型コーチング

講師：中田敬司（都工業安全衛生顧問/東亜大学准教授）

柴田祐希（みやこラボ/LDC代表・国際コーチ協会ICA講師）

43社・99名の方々にお集まり頂きました 誠にありがとうございました!!

トヨタ自動車(株)
 (株)協豊製作所
 (株)FTS
 キムラユニティー(株)
 大豊工業(株)
 ホンダロジコム(株)
 中部高熱工業(株)
 三洲電線(株)
 グローバルソネット
 (株)MSS
 都築工業(株)
 (株)ネクスト・ワン
 (株)ライラプスプラス
 テンプスタッフ(株)

第一生命保険相互会社
 マニユライフ生命保険(株)
 (株)プレスクリエイト
 向陽信和(株)
 (有)パワーソース
 大東工業(株)
 (有)都築食品加工
 (有)ビットワークス
 (株)BLOWZ
 豊安工業(株)
 小笠原建設(株)
 (株)スタジオディテイルズ
 AUAU建築研究所
 (株)日本高熱工業社

三菱重工業(株)
 (株)三菱東京UFJ銀行
 (株)愛知銀行
 (株)東洋商社
 (株)WSS
 (株)ジョイハンス
 (株)ジョイメディクス
 (株)村上築炉工業所
 (株)アサヒサービス
 アイテック(株)
 野田味噌商店
 (株)ホットハートマーケティング
 (株)ホットハートスタッフィング
 名古屋工業大学
 愛知淑徳大学

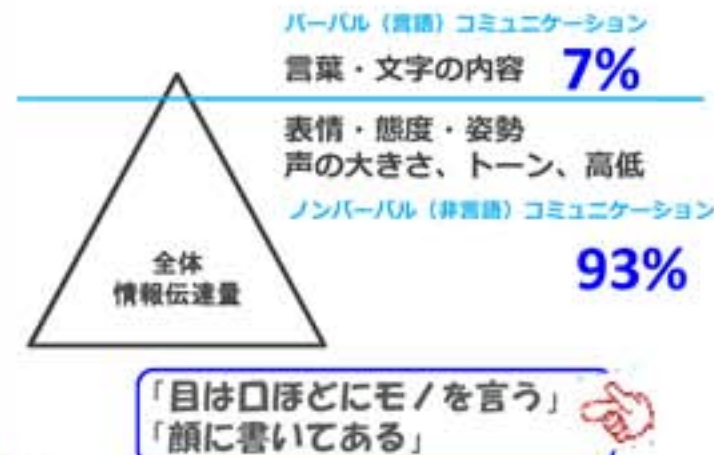




みやこラボ所長/安本拓人によるオープニングセッション

アイスブレイクゲームを使った自己紹介は盛りまりました
また、メラビアンの法則／ハーズバークの2要因理論
マズローの欲求段階説についての簡単なレクチャーと
(株)都工業の職場を上機嫌にする取組みを紹介

メラビアンの法則



MIYAKO
Smile Create Network

Miyako Lab.

ハーズバークの二要因理論

働く人のモチベーションは
金銭（給与・手当・インセンティブ）や
諸制度（福利厚生など）で高くなる!?

金銭や諸制度は
それが満たされないと不満になる
【**衛生要因**】であり
それが満たされたからと言って
満足＝モチベーションUPには繋がらない

MIYAKO
Smile Create Network

Miyako Lab.

ハーズバークの二要因理論

仕事への満足に関する諸要因は
仕事への不満足を生み出す諸要因とは別物

仕事や職場の満足＝モチベーションUPに繋がるのは
職場での承認、達成感、人間的成長、責任などの要素
これらを【**動機付け要因**】という
これらが欠けたからといって不満足には繋がらない

MIYAKO
Smile Create Network

Miyako Lab.

マズローの欲求段階説



MIYAKO
Smile Create Network

Miyako Lab.

第1部 中田講師による「職場のメンタルヘルス」講義

職場のメンタルヘルスとカウンセリングについて
労働安全のスペシャリストの見地から
詳しく、また分かりやすくお話して頂きました
皆さん真剣にメモをとりながら受講していました

第2部 柴田講師による「実践型コーチング」実習

実践型ということで、実習・セッション盛り沢山の
講義は、大爆笑が起こるほどの盛り上がりでした
実際にコーチングを意識しながら、話を聞く経験を通
して、人の話を聴く、傾聴の大切さを学びました

メンタルヘルスへの安全衛生面からのアプローチと
グループセッションや一対一など実習たっぷりのコーチング
真剣さと笑顔が溢れる素晴らしいセミナーになりました!!

アンケートの結果

アンケート回収率 87.3%

■ Q1 ; 本日のセミナーの運営について

☐ 非常によかった	42%
☐ よかった	53.6%
☐ 普通	2.9%
☐ 悪かった	0%
☐ 非常に悪かった	0%
☐ 未記入	1.4%

■ Q2 ; 本日のセミナーの内容について

☐ 非常によかった	49.3%
☐ よかった	49.3%
☐ 普通	1.4%
☐ 悪かった	0%
☐ 非常に悪かった	0%
☐ 未記入	0%

■ Q6 ; みやこラボ主催「職場を上機嫌にする」シリーズのセミナーについて

☐ 次回も参加したい	79.7%
☐ どちらとも言えない	18.8%
☐ 参加したくない	0%
☐ 未記入	1.4%

■ Q3 ; 今回の内容の、どの項目が一番心に残りましたか？

- メンタルヘルスの不調のサイン
- 自殺と交通事故の相関性、割合について
- 気分が落ち込んでいる社員への励ましが、必ずしもプラスではないこと
- 大きな仕事・イベント後の「打ち上げ」の持つ意味と重要性について
- コーチング=味方になる。コーチとティーチャーの違い
- 八行五段活用は人の話を引き出す最高の技術だと感心しました
- 「信用」と「信頼」の違い、使い分けについて
- 安心感=味方、日常的に関わる職場での人間関係にぴったりとはまった
- 心で聴く、相手の言っていること・言葉の内容を聞こうとするのではなく話している相手のことを理解しようとして聴くことの重要性
- 言語での情報伝達が7%・非言語での伝達が93%もあると聞いて驚いた
- パフォーマンスとメンテナンスの関係を聞き、人間も機械もメンテナンスが大切だと思った
- メンタルヘルスの「転移」について、なるほどと思い当たる場面がありました

■ Q4 ; 今回の内容で今後自分の職場で活かそう、役に立つと思えた事は何ですか？

- 傾聴やコーチングをセールス・営業に活かします
- 部下や職場の仲間の味方になって、仕事にコーチングを活かしたい
- メンタルダメージのサインを見落とさないコツがわかった
- 今回学んだことを、今週予定している社内講習に早速活かします
- 相手の話を遮らずに、まずは良く聴くこと
- 人を扱う仕事では、必ず付きまとう心理的な課題に対し安心感を作るため味方作りの実践、指導をぜひ職場で活かしていきたい
- 部下が転属してきた時、その部下の心のケアに気を配ります
- メンタルヘルスの「自分で気付く不調のサイン」は採用面接のツールに役立つ
- コーチングスキルの信頼関係（ラポール）の作り方
- 職場で、社員さんと話す時に傾聴・リスニングスキルはすぐに実践できそう
- 赤ちょうちんエフェクトを大事にします
- 社員への一方的な指示ではなく、双方向の対話で目指す目標に向かわせること

■ Q7 ; 本日のセミナーを通して感じたこと、思った事を 自由にご記入ください

- 初対面の方と接する事で、自分のコミュニケーションの向上が出来た。また話すだけではなく、聞く事の大切さ、重要性が勉強になりました
- 実践的な内容で、とても興味深く聞けました。参加型の学習形式のため大変レベルの高いレクチャー内容も分かりやすく、とても良かったです
- 全体が一つになった感が何度もあり
非常にテンポよく、どんどん頭に入ってきました
- 2部制でセミナーを行う場合、内容がかぶってしまうので
講師が気を使っている感じあり、2人の内容を比較してしまう
- 自己紹介の進め方が面白かった。新入社員教育で使えそうです。
受講者の心のつかみ方が上手だと感心しました
- 職場を上機嫌にするための自分自身の努力や
職場の仲間へのコミュニケーション作りの大切さが良く分かりました
- 心の壁を低くしていくことの大切さを実感できました

感謝！ありがとうございました

働く人の笑顔創り研究所みやこラボと
都工業安全衛生推進委員会では
今後も「職場を上機嫌にする」シリーズの公開セミナーや
コーチングスクール・カウンセリングルームの運営
企業様向けの社内研修導入支援・運営などを進めて参ります
宜しくお願い致します

みやこラボお問い合わせTEL
0565-29-3850