

5

●対象 ▶ 新入社員～5年以内の若手社員

若手社員が身に付けたい 目標達成に必要な「やり抜く力」向上セミナー

■開催日／10月9日(木)

■講師／北宏志氏
(株)ポールスターコミュニケーションズ
 代表取締役

■受講料／19,800円
(税込)

■会場／しがぎん浜町
 研修センター



ねらい

- 自分にとっての目標を「見える化」し、重要な目標とは何かを見つけることで、主体的な行動を引き出し、実践できるようにします。
- また、目標に向かって努力し続ける、情熱と粘り強さを身に付けます。
- 心が折れそうになっても、セルフコントロールをすることで軌道修正できるマインドを習得します。

〈9:30～16:30〉

プログラム

1. 行動して目標を達成する人とならない人は何が違うのか
 - ・なぜあなたは途中で諦めてしまい、目標を達成できないのか
 - ・目標を達成する人とそうでない人の差は能力ではない
2. やり抜く力(=GRIT)を手に入れるための準備
 - ・4つの構成要素「闘志」「粘り強さ」「自発」「執念」解説
 - ・努力と根性だけではやり抜く力は手に入らない
3. やり抜く力(=GRIT)を手に入れるためのマインドセット
 - ・GRIT測定に挑戦
 - ・自分の挑戦したいことを「見える化」する
4. 効果的な目標設定法
 - ・PERMA理論
(「ポジティブ感情」「物事への積極的な関わり」「他者との良い関係」「意義の自覚」「達成感」)を理解する
 - ・目標設定5つの極意
5. 目標達成に向けた希望と熱意を習慣化する
 - ・セルフコントロール力の磨き方
 - ・復元力(=レジリエンス)を身に付ける