

MGS講義スケジュール 2024年2月～2024年9月

※講義実施日の曜日はすべて土曜日です。 ※講義の時間帯：10時～17時

※対面の場合 会場：原則KSP（かながわサイエンスパーク） オンラインの場合はZOOMを使用いたします。

月	日	人間力セミナー 講義名	フォーカス	ポイント
2	17	(対面) QOLを高める “人間力∞タイムマネジメント” (オンラインでの参加可能)	・主体性 ・自己マネジメント力 ・生産性向上力	タイムマネジメントのアイデアとツールを活用して、 状況に応じた自身の効果性を向上させる ことができるようになります。
3	16	(対面) QOLを高める “コーチング実践”	・潜在能力 ・支援力 ・コーチングスキル	他者の意欲や能力を引き出すことができる「コーチング」の基本を学びます。 また、理論を学んだ後、スキルレベルにまで発展させ、それぞれの現場ですぐに使えるように実践トレーニングを行います。
4	20	(対面) QOLを高める “メンタリング∞仏教” (オンラインでの参加可能)	・マインドフルネス ・胆力 ・自己洞察力	禅は「示編」に「単」と書き、単純に示す（シンプルにする）ことです。単純に示すことは、余計なものを省き、本質を見ることです。 本質が見えてくると、迷いの状態から「今、ここ」に集中することができます。この講座では、「禅」とは何かのイメージを掴んで頂き、実際に数回の坐禅の取り組みも行って頂きます。また、 禅の智慧を仕事や生活に活かす方法も紹介し豊かに仕事や生活をしていく術を学びます。
5	18	(対面) QOLを高める メンターの自己理解を深める “心の利き手を見つけるMBTI”	・自己・他者理解力 ・支援力・洞察力 ・コミュニケーション力	世界中でもっとも広くかつ多く使われているMBTI（Myers-Briggs Type Indicator）の概要を理解し、フィードバックを受ける事により、 メンターとして必要な自己理解を深め、自己成長の手がかりとする。
6	22	(対面) QOLを高める 関係性のマネジメント “選択理論心理学（リアリティセラピー）とメンタリング” (オンラインから参加可能)	人間理解力 自己評価力 支援力 人間関係力	これまでの過去、感情、症状に焦点を当てる方法とは異なり、 現在の充たされていない重要な人間関係にいち早く焦点を当てることによって、問題解決を試みるカウンセリング方法 を学びます。
7	20	(対面) QOLを高める “身体の動きと心の動きの統合”	・コミュニケーション ・説得力 ・共感力	プレゼンテーションやスピーチを成功させるためには、話の内容だけでなく、その内容を「どのように伝えるか」ということも大切に考えなくてはなりません。 本セミナーでは「話し方」を磨くことで、プレゼンテーションやスピーチの内容をより 効果的に聞き手に伝え、共感を得るための練習 をします。
8				お休み
9	21	(オンラインで実施) QOLを高める 変化の時代をどう生ききぬくか “感性論哲学から学ぶ” 芳村思風	・活力 ・先見力 ・人間理解 ・時代理解	哲学から日々の実践にいたるまで自らを成長させ、他人を支援するのに必要な哲学・姿勢・マインドを学びます。 人間にとっての根源的な問に対し、具体性をもった人格論を展開することによって、その問の意味を明らかにし、答えを求めていきます。

※10月以降の講義スケジュールは8月に発表予定です。