

グループ討議	事前課題	特別な持ち物
○	×	×

新入社員フォローアップ講座（8月+1月/2日コース） 〔2025年度入社編〕

講座時間
10:00～16:30（2日間）（8月と1月に1日ずつ実施）

講師名
シックス・スターズコンサルティング コンサルタント 柄澤 百代氏 他

対象
2025年度入社（社会人経験1年未満）の新入社員

ねらい
・入社から4か月後（8月）は、一通りの実務を経験し仕事に慣れてくる一方、環境の変化などから、様々なストレスを抱えやすい時期と言われています。そのタイミングにおいて新入社員同士で交流し、互いの成功・失敗体験を共有して自身の成長を確認します。日々の業務や周囲の人々との交流などの受けとめ方のクセについて客観的に見直し、レジリエンスを高めるためのスキルの習得を行います。 ・より一層の業務スキルが定着し、配属部署での成果が表れる1月のタイミングでは、業務の更なる振り返りを行い、成果をあげるために必要なコミュニケーション、問題解決の考え方やスキルを習得し、実践的な能力を高めます。 ・2日間の講座を通して、成功・失敗体験をどのように次に活かすかという能動的なアプローチを身につけます。また社会人として活躍していくため重要な能力要素を理解し、自身の強み・今後の課題を客観的に捉えます。まとめとして、今後社内で活躍するための目標を立て、そのための実践行動を具体化します。

講座カリキュラム	
8月21日（10:00～16:30） - 入社後から現在を振り返る - 成長体験、失敗体験 - 原因、改善点を明確にする（グループワーク） - 改善のサイクルを回すために出来ること - 今後4カ月間の成長目標を作ろう ・業務上の目標（責任を持った業務を行うために） ・コミュニケーション上の目標（周囲と良好な関係性を築き必要な支援を得るために） - 自分を知って、メンタル面を強化しよう - 自分の傾向を理解しよう（エゴグラム診断） - 職場でのストローク - メンタルタフネス 「レジリエンス力」を身につけよう - 考え方のクセに注意しよう 7つの対処法～失敗体験にストレス対処法をいかそう～ 「SOC」これからのストレスを予測する（グループワーク） - 職場のコミュニケーションⅠ - コミュニケーションゲーム（グループワーク） - 職場での人間関係を考える - 報告する・連絡する・相談する ミスはどこで起きやすい？	1月16日（10:00～16:30） 4か月間の振り返り - 達成できたこと、できなかったこと（グループワーク） ・業務上の目標 ・コミュニケーション上の目標 - 改善のために必要な行動を考える - インバースケット形式のゲーム - インバースケット形式のゲーム解説 7案件の対応（個人ワーク） - グループワークによる対応検討 - グループ発表 - 問題解決～主体的に問題を解決する力を身につけよう～ - 論理的な思考法と問題解決の進め方の基本 - コンピテンシーの理解と発揮 - 自分の強みを認識し発揮するために（グループワーク） - 職場のコミュニケーションⅡ - 伝える力 様々な人々に理解してもらうために - 聴く力 相手の感情や情報を把握するために - まとめ 2年目に向けての目標設定 - 自分を励ます言葉をつくる