

上司部下の関係性から組織変革を起こす!

# 1on1 コーチング 実践プログラム

1on1 を最大化するコーチングで、  
メンバーの力とチームの可能性を引き出す

「組織変革に向かってチームを動かす」ためには、戦略や施策だけでなく、  
組織や人とその関係性への深い理解が欠かせません。

その要となるのが、メンバーをどう巻き込み、部下の変化と成長を組織の中でどう支援していくかという、  
上司のコミュニケーションの力(ピープルマネジメント)です。

この力を育てるには、まずは「上司と部下」という1対1の関係性の中で行われる1on1や  
面談の質を高めることが出発点になります。この講座では、深層心理学を用いてより深く、  
アクティブ・ラーニングの手法で効果的な学びを提供するだけでなく、そこから、  
時間・空間の広がりをもつ「チーム全体」を扱えるスキルへと発展させていきます。

## こんな課題、抱えていませんか?

こんな 1on1 のモヤモヤはありませんか?



管理職の葛藤

組織成果と部下育成の間で揺れ、  
思うような1on1ができていない



1on1 疲れ

1on1の数は増えたが、上司が疲弊し、  
かえって組織の効果が下がっている



我流1on1

研修は受けたものの、いつの間にか  
元のコミュニケーションパターンに戻り、  
成長実感や自信が持てない

## 1on1 コーチング 研修

～ 組織の生態系の中で1on1を最大化するコーチング ～

管理職が直面する「組織の成果」と「個人の成長支援」の葛藤に向き合いながら、  
上司としてコーチングスキルをどう実務に活かすかを学ぶ講座です。  
深層心理学モデルをもとに、目に見えない関係性の影響を理解し、  
持続的に1on1を続けるための考え方と実践力を身につけます。  
単なるスキル習得ではなく、「自分らしい1on1スタイル」を築くことを目指します。

### 研修を通して得られること

- 1 目的に応じて、最適なコミュニケーションを選び  
使えるようになる
- 2 傾聴・信頼関係・問いかけなど、コーチングのコアスキルを  
演習で身につける
- 3 個人と組織のつながりを踏まえ、部下の課題や感情を  
組織の視点からもサポートできるようになる
- 4 組織における役割の関係性を理解し、  
「上司部下間の1on1」をより効果的に設計・進行できるようになる

# スケジュール

## Day1 1on1を見直す・コアスキルを体験する

- ・1on1の目的・位置づけの再定義
- ・上司部下の関係性と「信頼の構築」
- ・「傾聴・パワフルな問い」の基本スキルの実践
- ・気づきを高めるコーチング・カンパセーションモデル

## Day2 組織の生態系を踏まえた1on1へ

- ・個人と組織の相互影響を理解する
- ・上司の立場や影響力(ランク・パワー)を自覚的に使う
- ・1on1からチームへ視野を広げるグループコーチングを体験する

## 講師プロフィール



### 小畑 怜美

講師 | カリキュラム開発

「人と人の思いと知恵、関係性をつなぐ」をミッションに、大手企業、教育NPO、ベンチャー企業役員を経て2017年にコーチとして独立。成人発達科学やプロセスワーク、組織開発学、解決志向アプローチ、NVC、メンタリングを研究し、「成長促進」と「チームづくり」の対話を提供。近年は女性リーダーやトップアスリートのキャリア形成などにも注力する。

国際コーチング連盟プロフェッショナル認定コーチ(PCC) / GTCプログラム修了 チームコーチ / バランス・グロス・コンサルティング株式会社 コンサルタント / 合同会社and seeds 代表



### 宮本 大輝

講師 | カリキュラム開発

外資系飲食企業で店長職として店舗のV字回復ミッションに従事するほか、新規事業の人材育成も担当。経営コンサルティング会社に転職後は事業再生事業にも携わる。2012年より経営者・マネジャー・アーティスト・NPOリーダーなどに向けたコーチ業をスタート。現在は個人・組織のコーチング、研修などを通じて人と組織の変容をサポートしている。

国際コーチ連盟認定プロフェッショナルコーチ / バランス・グロス・コンサルティング株式会社 契約コンサルタント / 首都大学東京(現東京都立大学)都市教養学部 経営学コース卒業

## 監修者プロフィール



### 松村 憲

監修 | カリキュラム開発

個人・人間関係・集団を扱うユング心理学から発展したプロセスワーク(プロセス指向心理学)を専門とし、バランス・グロスでは組織開発やコーチングに活用してコンサルティングに従事。大企業の経営幹部と組織開発を行う専門チームにも外部専門家として参画するほか、豪州コーチング機関であるGC1のファカルティとしてコーチの育成にも携わる。

株式会社BLUE JIGEN CEO / バランス・グロス・コンサルティング株式会社 取締役 / 米国プロセスワーク研究所 MAプロセスワーク、認定プロセスワーカー / 一般社団法人日本プロセスワークセンター ファカルティ / 大阪大学大学院人間科学研究科 臨床心理学研究分野 博士前期課程修了

## 実践プログラム概要

費用 99,000円(税込)

日程 5/28(木)・29(金)の2日間  
※時間未定、懇親会予定あり

場所 SAIJO BASE(西条市明屋敷131-2)

定員 30名(最小催行人数12名)  
※各企業複数人の参加も可能

対象

- ・チームコーチング研修前に基礎スキルの習得をしたい方
- ・部下や後輩とのコミュニケーションやOJTに苦戦している方
- ・1on1ミーティングやコーチング等の教育を受けたことがあるが上手く活用できていない方

目的

組織・企業における人間関係のリアルな課題やその原因を把握し、解決策を見つけ出すスキルを身につける

申し込みフォーム



こちらもオススメ!

### チームコーチング ワークショップ研修2026

1on1で身につけた技術により磨きをかけ、より深く実践したい人はこちらへ。

●7月2日(木)・15日(水)・16日(木)・30日(木)の4日間

申し込みフォーム



### 無料オンライン説明会

組織課題の見立て方が分かり、活用事例を知ることができる

●4月20日(月) 16時~17時 ●4月28日(火) 16時~17時

申し込みフォーム



## 参加者の声



傾聴とシンプルな問いかけで会話を深掘りできることを学んだ

目的意識を持った1on1ができるようになった!

業務進捗以外の話ができるようになり、部下との関係性が近く感じられるようになった

開始時は、「この歳になって今更…」という気持ちだったが、講座を重ねるうちに「学ぶことが楽しい」と前向きになった

- 1 1on1コーチングスキルの習得
- 2 人事課題を見立てるスキルの習得
- 3 部下や後輩との信頼関係構築

キャンセルの場合は、開催7日前までにご連絡ください(恐れ入りますが、7日を過ぎますと受講料の返金はいたしかねます。あらかじめご了承ください。)