

入社6か月！新入社員フォローアップセミナー【壁打破コース】 ～壁を破って一歩前へ進むために 4つのマネジメントとレジリエンス～

入社半年が経ち、業務の「壁」を感じていませんか？本セミナーは、新入社員が直面する悩みを乗り越え成長できるよう導く実践的プログラムです。ロジカルシンキングなど「4つのマネジメント」を通じて論理的・心理的アプローチを習得し、失敗を糧にする「レジリエンス(折れない心)」を育みます。
日々のモヤモヤを自信に変え、一歩前へ踏み出すための機会として、ぜひ本講座をご活用ください！

※「岐阜会場」「名古屋会場」ともに同一のカリキュラム・講師を予定しています。ご都合の良い会場・日時にてご参加ください。

	岐阜会場	名古屋会場
会場	十六総合研究所セミナールーム 岐阜市神田町7丁目12十六ビル7階 ☞上記をクリックするとGoogleマップに遷移します ※駐車場の用意がございませんので公共交通機関をご利用ください	十六銀行名古屋ビル3階会議室 名古屋市中区錦3丁目1番1号 ☞上記をクリックするとGoogleマップに遷移します ※駐車場の用意がございませんので公共交通機関をご利用ください
日時	9月11日(金) 10:00～16:30	9月18日(金) 10:00～16:30
定員	20名	50名
対象	2026年度に入社した新入社員の方 ※入社2～3年目の方もご参加いただけます	
受講料	お一人さま 11,000円(税込)	
持ち物	・筆記用具 ・お弁当(会場内でお召し上がりいただけます)	
カリキュラム	1. オリエンテーション ・自己紹介 ・新入社員とストレス 2. 壁打破するための共通する考え方 シンプルに「What?」 ※グループワークセッション 3. 壁打破のための4つのマネジメント ①ロジカルシンキングでアプローチ ・ロジカルシンキングとは？ ・ロジカルツリーを作成しよう ※グループワークセッション ②アンコンシャスバイアス(無意識の思い込み)が思考の邪魔をする！？ ・代表的なアンコンシャスバイアス ・自分のアンコンシャスバイアスを意識する ・バイアスを意識的に上書き ・「プラス面」に意識を向ける ③アンガーマネジメントでメンタルマネジメント ・アンガーマネジメントとは ・3つの暗号 ④アサーションでさわやかなコミュニケーションを ・アサーションとは ・4つのコミュニケーションパターンを知る ・アサーティブにコミュニケーションするポイント 4. 成長できるトラブルとの付き合い方 ・レジリエンスとは ・自分のレジリエンスに気づく ・失敗を成長に変えるフィードバック ・不安、心配、落ち込みから気持ちを切り替えるスキル 5. まとめ ・本日の気づき ・それでもメンタルがつかなくなったら	
講師	遠藤オフィス 代表 遠藤明日香 氏 テレビ・ラジオ番組のリポーター、アナウンサーとして活動後、式典、各種イベント、講演会での司会者として活動する一方、大手一般企業にて社長秘書、株式会社NTT西日本-東海の常勤講師を経て、遠藤オフィス設立。現在、ビジネスマナー講師・電話対応講師・コミュニケーション講師として、主に東海地区、関西地区にて活動中。 	

お申込み方法

① 十六総研のWebサイトにアクセス

十六総研 セミナー

検索



② セミナーお申込みページから

お手続き

※お申込みフォームは、弊社が契約する外部サイト(スパイラル株式会社)に移動します。

③ 受付完了メールの

受信・確認

※届かない場合はお手数ですが、下記お問い合わせ先までご連絡をお願いいたします。

詳しくは下記までお問い合わせください

058-266-1916

月～金/9:00～17:00

(祝・休日および12/31～1/3を除く)

人と、地域と、未来をむすぶ



十六総合研究所

16FG