



成長実感94%のコーチがサポートします！

2万人以上の成長を支援し、

国際コーチング連盟（ICF）認定コーチがサポートします！

ワダチラボの
新プログラム

チームコーチング&メンタリング

こんなお悩みはございませんか？

人材育成の相談に乗ってほしい…。

スタッフの能力をもっと引き出したい！



育成したいけど時間がない…

人材の確保・育成・定着に困っている…

「チームコーチング」と「メンタリング」は、これらのお悩みにピッタリな研修内容です。それぞれの研修内容や、得られる効果などについてご紹介致します！

チームコーチング

チームコーチングでどうなる？

- ・チームが団結して、成果があがる
- ・コミュニケーションが増えて、心理的安全性が高まる
- ・みんなのモチベーションが高まる
- ・自律的社員が増える

チームコーチングとは？

「チームをサポート」

チームコーチングとは、メンバー全員が課題に向き合い、自らの強みを活かして目標を実現しようとする組織をつくるために効果的な支援手法です。コーチはメンバーがグループからチームへ変容するプロセスを支援します。コーチはメンバーの強みを引き出し、新しい使い方への気づきを支援します。



チームコーチング 料金プラン

チームコーチング	1回所要時間	1セッション単価	料金(4回契約時)
3名まで	90分	60,000円	240,000円
4~6名まで	120分	80,000円	320,000円

メンタリング

メンタリングでどうなる？

- ・成長速度が向上し、成果が出しやすくなる
- ・自律性を高め、自己肯定感が育まれる
- ・レジリエンス力が向上する
(レジリエンスとは：困難に対処する力)

メンタリングとは？

「おひとりをサポート」

メンタリングとは、「こうしたい」と教えるのではなく、「どうしたらできるのか」を一緒に考えていく育成手法です。質問や問いかけを行い、積極的に傾聴すること、またフィードバックすることで対象者自身の持つ答えを引き出し、目標達成や課題解決を促すコーチ的関わりです。一般的なコーチングとの違いは必要に応じた「情報提供+アドバイス」。



メンタリング 料金プラン

メンタリング	1回所要時間	1セッション単価	料金(4回契約時)
経営者層	60分	18,000円	72,000円
管理職層	60分	15,000円	60,000円
一般職層	60分	12,000円	48,000円

なぜ、コーチングなのか？
4つの理由をご説明します！



POINT

VUCA時代のVUCAとは？

- Volatility** : 変動性 テクノロジーの進化により価値観、社会の仕組み、顧客ニーズが変化
- Uncertainty** : 不確実性 自然環境や政治・国家、制度等による不確実性
- Complexity** : 複雑性 経済がグローバル化したことにより、ビジネスは複雑化
- Ambiguity** : 曖昧性 変動性・不確実性・複雑性が合わさり、物事の因果関係が曖昧

1

VUCA時代に求められる「アジャイル」にはコーチングが効果を発揮する

- ・予測不可能な時代において、現状維持がリスクに変わるため
- ・時代の流れに合わせた柔軟性を持ち変革できる組織や人材育成がポイントになる
- ・また、組織のミッションや自分軸を持つことで迷わず目の前のことに集中できる

POINT

「アジャイル」とは？

「素早い」「俊敏」といった意味。短い期間単位で評価・改善・実行を繰り返すことで、リスクを最小化しながら効果を最大化する手法。→VUCA時代に追従するために生まれた！

アジャイルを促進するために必要な4つのヒューマンスキル

- ・コーチング
- ・ファシリテーション
- ・サーヴァントリーダーシップ
- ・継続的関わり

2

HRMによる個人の能力開発が求められている

(HRMとは: Human Resource Management 人的資源管理)

多様な雇用形態・働き方が混在している今般、組織を活性化させるには、一人ひとりのやりがい(価値観)と目標と、今やっている仕事をリンクさせモチベーションをあげる関わりが必要。



3

組織の成果を最大化するための方程式

$P=f(A, M, O)$ AMO理論 (アッペルバウム 2000年)

メンバーの「能力」(Ability) / 「モチベーション」(Motivation) / 「機会」(Opportunity) のそれぞれを維持・向上を機能させた場合、組織の持続的競争優位(Performance)が高められる。

Ability: 能力→その職務果たす能力

Motivation: やる気→その職務をしたいというやる気や熱意

Opportunity: 機会→仕事をするために必要な支援・環境

自己理解、リソースの棚卸しへのアプローチにコーチングは機能します。

4

メンタル不調者の増加

様々なストレスやプレッシャーのもとで、成果をだすことを求められている現代では、セルフケアやラインケアによるストレスへの気づきが重要とされている。厚生労働省「事業所における労働者の心の健康づくり(2008年)」

活用フロー

事前ヒアリング



人事担当者様とお打ち合わせ。

オリエンテーション



対象者(メンタリング・チームコーチング)の方とお顔合わせ、自己分析アセスメント・目標設定など。

セッション(3回継続)



目標確認、現状把握、プロセス設定、行動モード、他

成果発表会



社内の関係者へプレゼンなど。

おすすめポイント

- ・国家資格キャリアコンサルタントの資格を持ったプロコーチがサポート
- ・人材育成(新卒～管理職・経営者層)のプロがサポート
- ・過去2万人以上の成長を支援したコーチがサポート

リム紗代 コーチ

福島知加 コーチ



ご依頼、お待ちしております！



株式会社 ワダチラボ

住所 沖縄県那覇市泉崎1丁目20-1那覇オーバ3階 O2 OKINAWA OFFICE S13

※研修のお問合せ・お申し込みは、下記メールアドレスにてご連絡頂きますようお願い致します。

Mail wadachilab.u@gmail.com