

セルフマネジメントで
仕事パフォーマンスが劇的に向上する！

自己管理能力養成研修

セミナーのねらい

自己成長への道は誰かが導いてくれるものではありません。

自分自身で、自己の課題やその解決策を定め、成功循環を作り出す力が求められます。自分で自分のご機嫌を取れる、自分で自分を成長させ続ける事ができることが、これからの時代に求められる自己管理能力です。

本セミナーでは3つの項目にねらいを定め、皆さまの自己成長につながるようワーク交えながら進めていきます。

- ①セルフマネジメントの具体的な方法を学び、実践できるようになる。
- ②理想と現実を対比させ、自分自身のありたい姿を描く。
- ③タスクとタイムマネジメントの具体的な方法を理解し、仕事の生産性を高める。

セミナー内容

1 これからの時代に必要な自己管理能力とは？

- 1) 組織に指示待ち人間は必要ない
- 2) 仕事は労働時間ではなく、成果で評価される
- 3) 等しく与えられている“時間”をどう有効に使うか

2 理想と現実を“見える化”する自己分析

- 1) 仕事のモチベーションの高め方
- 2) 理想と現実の対比と理想にたどり着くために必要なこと
- 3) 仕事パフォーマンスの向上は、プライベートの充実に直結する

3 生産性を高めるタスクとタイムマネジメント

- 1) ToDoリスト作成法徹底解説
- 2) 優先順位は、重要性和緊急性の合計点で決める
- 3) ToDoリストから成果の出るスケジュールを作成する

4 即実践! 自分で自分を成長させ続ける方法

- 1) 自己研鑽と自己啓発の実際
- 2) 目標設定法と達成法
- 3) 成果の上がるリフレクションの方法

実施概要

※プログラムの詳細は変更となる場合がございます。ご了承ください。

日時 2026年 2月27日 (金)

9:30~16:30 (受付9:00~)

会場 博多座・西銀ビル13階 セミナー室
福岡市博多区下川端町2-1

※駐車場は準備しておりません。ご了承ください。

定員 24名

※定員になり次第締め切らせていただきます。
※お申し込みが最低開催人数に満たない場合は、
延期もしくは中止させていただく場合がございます。
ご了承ください。

受講料

	NCBリサーチ&コンサルティング会員	一般の方
1名様	23,100円(税込)	31,900円(税込)
2名様以上 (1名様につき)	19,800円(税込)	28,600円(税込)



PROFILE 講師プロフィール

株式会社ボールスターコミュニケーションズ
代表取締役

きた こうじ
北 宏志氏

“人材育成の仕組みづくり”コンサルタント。大学卒業後、立命館大学に關係する中高一貫校で社会科教諭として勤務。その後、「ララちゃんランドセル」を製造・販売する(株)羅羅屋に転職。中国での駐在中は経営幹部として部下80名を兼ね、中国国内の売上を3年間で約10倍に拡大させ黒字化させる。日本とアジアの架け橋となり、教育をより良くしていきたいという思いから、日本に帰国後独立。新入・若手社員の研修を中心に全国35都道府県で1,000回以上の登壇実績を持ち、これまでの受講生は25,000名を超える。受講者にやる気スイッチを入れる熱血講師として定評があり、「研修業界の松岡修造」の異名を持つ。企業規模、業種問わず100社以上の人材育成に関わり、教育制度の設計、組織変更、評価制度と研修制度の紐付けなどの人が育つ仕組みづくりに取り組む。

【著書】

『教え方の一流、二流、三流』(明日香出版社)

『新しい教え方の教科書 Z世代の部下を持ったら読む本』(ぱる出版)

『ビビリの人生が変わる 逆転の仕事術』(三オックス)

お申し込み

弊社 HP <https://www.johoza.co.jp/seminar> よりお願いいたします。

お問合せ先



株式会社 NCBリサーチ&コンサルティング セミナー事業部

〒812-0027

福岡市博多区下川端町2-1 博多座・西銀ビル13階

TEL (092) 282-2662

NCBリサーチセミナー

検索

ホームページの
QRコードは
こちら

