

SOP階層別教育体系

アクティブラーニングを中心とした研修内容

内 容	新入社員	スタッフ	サブ管理者	管理者
目 標 (キャリア形成)	<ul style="list-style-type: none"> ・ビジネスマナーの取得 ・ヒューマンスキルの向上 ・SOP会社概要の理解 ・グループ事業内容の理解 ・年間・月間目標作成 ・企業が求める人材像理解 	<ul style="list-style-type: none"> 「SOPの4つの成長課題」の向上及び習得 ・ビジネススキルの向上 ・キャリア形成のステップアップ ・ヒューマンスキルの向上 ・メンタルヘルスの取り組み 	<ul style="list-style-type: none"> ・スタッフのサポート ・業務の指導 ・実習生受入れの運営 ・キャリアパス ・目標管理 ・自律 	<ul style="list-style-type: none"> ・スタッフの成長支援 ・専門スキルの習得・活用 ・評価制度の理解と実施 ・効果的な記録の作成 ・支援機関との効果的連携 ・専門資格取得
社内研修 (グループワークを中心としたスキルアップ研修)	<ul style="list-style-type: none"> ・導入研修(以下一部内容) ・ヒューマンスキル向上研修 ・SOP会社概要勉強会 ・グループ事業内容勉強会 ・目標作成研修 その他 	<ul style="list-style-type: none"> ・4つの目標をテーマとしたアクティブラーニングの勉強会を毎月1回実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・サブ管理者研修(以下一部内容) ・正社員登用研修 ・リーダー登用研修 ・トレーナー登用研修 	<ul style="list-style-type: none"> ・管理者研修(以下一部内容) ・サポートスキル向上研修 ・プレゼンスキル向上研修 ・書類作成能力向上研修
	目標管理シートによる目標管理・振り返り面談による進捗確認			キャリア形成支援研修
	グループワークによる勉強会			グループワークの運営研修
				SOP見学会の運営研修
				実習生受入れ研修
				効果的スキル活用研修
社外研修 (社外勉強会・セミナー受講・資格の取得)	支援機関開催の勉強会参加	支援機関開催の勉強会参加	支援機関開催の勉強会参加	社外セミナー
			障害者職業生活相談員資格取得	社外講師
				社外講演
				シヨブコーチ資格取得

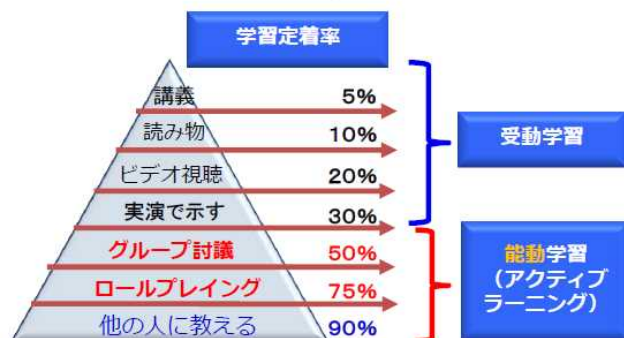
アクティブラーニング 1 (グループワーク・ロープレ)

成長とセルフケアを目的に多方面の勉強会を実施

グループワーク・ロープレ (学習定着率50~75%)

- ・集合研修から能動学習であるグループワークに変更 (一部集合研修もあり)
- ・問題点や課題をテーマとし、グループで考え、グループで解決しながら実践的に身につける
その結果、成長とセルフケア手法の習得に繋げる
- ・経験豊富なスタッフにはより積極的に発言してもらい、他の参加者は問題点や課題解決の参考とする
- テーマに対する模範的回答を準備し、導かれた答えとともに参考資料として作成、説明

ラーニングピラミッド



グループワークの流れ (予習を重視)



人事制度（教育＝GW⇒模範的解答作成目的と集合研修の目的）

模範的解答

NO1
SOP グループワーク資料 2017年9月度 社外秘 SHIDAX

《今月のテーマ》
「自動思考と適応的思考」について学ぶ

《解説・目的》

1. 心身のストレスの多くは認知(考え方)の「ゆがみ」と呼ばれる非合理的思考によって生じています。
2. 正確な情報が無い状態で、さまざまな出来事や自分自身で決めて認知してしまう場合が多くあります。
3. ストレスを発生させないためには、思考(ゆがみ)・考え方のケース・感情とのバランスを整えることが大切です。
4. 自分の考え方のゆがみに気づき、様々な可能性を探り、より現実的、適応的な考え方を身につけるようにします。

《良いストレスと悪いストレス》

ある状況に立たされたとき、それを目標と見做るか、それとプレッシャーと感じるか、私たちが自身です。ストレスは一切ないとも思っているが、体の機能も落ちていきます。したがって、良いストレスや適度なストレスはむしろ身体や心のために有益であると考えられるようになってきています。

1. 良いストレス
自分を成長させるための、充実感、達成感、満足感を得るためのストレス。
→ 目標達成、夢の実現、スポーツ、良い人間関係など、自分を奮い立たせてくれたり、気分がよくなったり、不安に気づけたりする経験そのものが良い。

2. 悪いストレス
つらい状況などで「やらなくてはならない」「継続し続けなくてはならない」と自分を脅迫的に追い込み、自らの意思とは無関係に過剰行動を続けた結果生じた悪いストレス。
→ 悪い人間関係、不安な未来、自分の身体や心がかたまり、まわりの人に迷惑をかける行為、まわりの人に迷惑をかける行為、まわりの人に迷惑をかける行為。

結論 ⇒ 良いストレスは人間を成長させます。悪いストレスは人間を弱体化させます。
したがって、悪いストレスから脱却し良いストレスに立ち向かう、そういう人生が望まれます。

《自動思考と適応的思考とは？》

私たちの感情は状況から直観的に起こられると考えられます。たとえば、仕事をしていると上司から注意され、怒りを覚えたことがある方もいるでしょう。自分のプランがあるのにそれを否定されるとなるとイライラします。感情は一定状況から自動発生しているように見えます。ところが無意識のうちに私たちは「脳」で考えられています。この「思考」することによって感情やストレスが生まれています。

《自動思考と適応的思考から発生するストレスの違い》

状況 上司に注意された → 自動思考 自分は何者か → ストレス 強い怒りを覚えた → 良いストレス

状況 上司に注意された → 適応的思考 私はどう考えを練っているんだ！ → ストレス 違う考えから学ぶこともある → 良いストレス

G W・模範的解答作成の目的

問題点の改善や課題解決が必要な場合はグループワークで考え、グループ全員で解決策を導き出す。但し、解決策が不十分な場合も想定し「模範的解答」を準備。導かれた答えの発表後に説明

集合研修の目的

マニュアル及び会社方針等の教育は集合研修で対応 決まっていることの伝達は集合研修で説明。

マニュアル (集合研修)

緊急事態発生時の対応 (マニュアル作成の目的)

～SOP緊急時対応マニュアル～

SHIDAX 2020. シダックスオフィスパートナー株式会社

人事制度（教育＝グループワークテーマ例）

ビジネススキル		コミュニケーションスキル		ヘルスケアスキル	ライフスキル	リスク回避スキル
職場のマナー	仕事の協力体制を学ぶ	職場での挨拶	注意された時の対応方法	睡眠と生活リズム	身だしなみ	地震対策
給湯室の使い方	長く働くことのコツを学ぶ	指示の受け方とメモの取り方	話し中の上司への話し掛け方	リラクゼーション	金銭管理	台風対策 その他天災対策
他部署訪問時の注意点	業務日報作成方法	アサーショントレーニング	上手なお願いの仕方	健康的な食生活	余暇活動を考える	他者から因縁をつけられた場合の対応
電車内のマナー	振り返り面談の準備	困った時の相談の仕方	上手な謝り方 話の切り上げ方	医療機関の上手なかかり方	防災への備え	急病になった場合の対応
エレベーター使用のマナー	好事例報告の対応及び報告	職場でミスをした時の対応と謝り方	上手な注意の仕方	夏場の過ごし方	悪い習慣を断ち切り 良い習慣を身につける	理由のないお金を請求された場合の対応
会社での飲食	後輩・同僚・先輩・上司の中での立ち位置	丁寧で正しい言葉の使い方	自分から手伝いを申し出る方法	風邪の予防方法	イベントワーク	犯罪に巻き込まれないための準備
休憩時間の過ごし方	仕事の質と量の高め方	聞き上手になるためのレッスン	チームワークスキルの向上	適度な運動の実践	生活内容の見直し	電車内の注意事項
狭い廊下でのすれ違い方	目標の立て方	アンガーマネジメント	人への教え方 教えてもらう時の聞き方	ストレス緩和の方法	友達との付き合い方	緊急時対応マニュアル
服装について	事前準備の進め方	ビジネスメールの送り方	適応的思考	服薬管理・通院	休日の過ごし方	
チームワークスキル	会社を休まない方法	電話対応練習	1分間スピーチの準備	食事の内容を考える	支援機関との付き合い方	

アクティブラーニング2（他の人に教える）

実習生を受け入れ、スタッフが業務をレクチャー

スタッフが教えて学んでいること（学習定着率90%）

●実習生受け入れの目的は2つ（採用目的ではない）

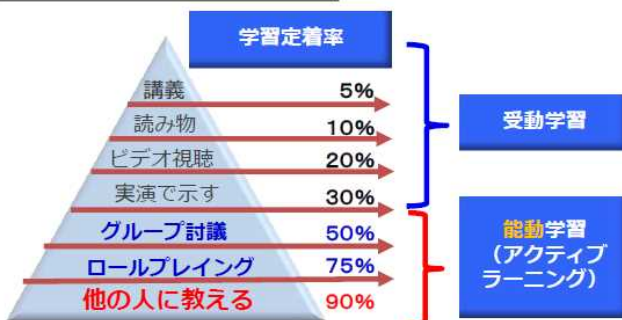
（2019年度実習生の受け入れ人数20名

1～3月は新型コロナの影響で受け入れ中止）

1. これから就職を希望する人が実習を経験し、より早く就職されることを応援するため
2. アクティブラーニングの「他の人に教える」ということが「成長」のための能動学習となるため

- ・実習生への教え方、質問事項等に対する分かりやすい説明など、実習生にどのようにレクチャーすることが効果的か、都度状況に応じ考え対応している
- ・実習中は毎日実習生に「実習日誌」を作成していただき、その内容についてアドバイスを記載また、実習期間の評価を行い、「できたこと、できなかったこと」について振り返りを行っている

ラーニングピラミッド



- 事前準備
- 自ら予習するようになった
 - 想定問答を準備するようになった
 - 相手の視点から考えられるようになった

- その結果
- 教えることの楽しさを感じている
 - 質問に回答できると喜びを感じている
 - 教えることに自信が持てるようになった
 - 教えることが1人ひとりの成長に大きく繋がっている