

# 1 Dayチームビルディングプログラム

## フルカスタマイズの研修プログラム

### 職場で起こる課題に応じてフルカスタマイズ

私たちのプログラムは常にお客様ごとにヒアリングを行い、参加者・企画者に合わせてカスタマイズしてから、プログラムを行います。

例えば・・・

- ・組織変革を進めたいが、どこから手をつけていいかわからない。
- ・優秀ではあるがいくつかの問題をかかえるチームをなんとかしたい。
- ・企業理念など、価値観の共有を図るためのものを作ったが、形骸化してしまっている。どのように実践に活かしていけばよいのか？

会社全体で取り組むもの、特殊な状況に対応したいもの、組織ならではの問題など、貴社の状況・リクエストに応じてプログラムをカスタマイズすることによって、より効果のある研修を行うことができます。



### 概要

#### 対象者

管理職／リーダー、部署全体、  
内定者／新入社員、中堅社員

#### 会場

屋外、研修室など

#### 時間

1日

#### その他

### ねらいの例（カスタマイズ可能）

#### ■ 目標設定と達成

アクティビティを通じてチームの目標を設定し、達成することについて学ぶ。

#### ■ 信頼関係構築

メンバーを信じて、完全に頼り切るという体験を通じてお互いに頼り合うことを学ぶ。

#### ■ イノベーション

自分たちがこれまで普通に考えていた方法とは全く違う考え方をすることで、成果が飛躍的に変わることを体感する。

#### ■ イニシアティブ

アクティビティに夢中になって取り組むことから、それぞれのメンバーが色々な場面で主体的行動を取るように変化する。

#### ■ 多様性と個性の尊重

お互いの個性を活かし合うことで、チームとしての相乗効果を発揮することができる。チームとは、全員同じ発想で考えるものではなく、多様な考え方が重なりあうことでよりよい成果を上げるものだということを学ぶ。

### 研修の特徴・強み

- 屋外での「頭」と「体」を使ったアクティビティを用いる体験学習の手法。
- 体験の振り返りを通して、机上で終わらない腑に落ちる学びを導く。
- ワークショップ形式で、話し合い、考えることから学びを共有し、相乗効果を得る。
- 「計画」→「実施」→「振り返り」→「改善を反映」のサイクルを繰り返し、仕事の場に反映できる学びを得る。



## プログラム進行例

時間	内容	接触レベル
9:00 (180分)	<p>&lt;導入・アイスブレイカー&gt; 研修の趣旨説明。コミュニケーション活性化アクティビティ。難しいアクティビティに取り組む心構えを作り、次のアクティビティの学びを深める。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アイスブレイカーは5～10分程度の短時間の実施。</li> <li>・道具の共有無し。</li> </ul>
	<p>&lt;アクティビティ①～②&gt; 役割・立場の違いなどが少なく、全員が巻き込まれるようなアクティビティを行い、チームとして一体感を醸成する。</p>	
12:00 (60分)	<ランチブレイク>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事中は黙食で会話はしないようお願いします。</li> <li>・食事終了後はすみやかにマスク着用を案内。</li> </ul>
13:00 (180分)	<p>&lt;アクティビティ③&gt; 午前中のプログラムより、複雑な状況の課題に挑戦。チームが課題の解決に向けて率先的に動き出す。ここでは、チームとしての問題点も見えてくる。</p>	
	<p>&lt;リフレクション（振り返り）&gt; 今、何を体験をしたのか？ 良かった点、改善すべき点は？ など、ファシリテーターの進行で体験を次に活かせるように意味づけする。</p>	
	<p>&lt;アクティビティ④&gt; さらに難易度の高い課題に挑戦。前のアクティビティからの改善点を活かしながら挑戦する。</p>	
	<p>&lt;全体のまとめ&gt; 今日のプログラムを客観的に振り返る。 ・各自の目標とした学びは得られたか？ ・今後職場で活かそうなことは？</p>	
16:00	<終了>	

### <その他の感染症対策について>

- ・発熱がある方、体調にご懸念・ご不安のある方のご参加はお控えいただくようお願いしております。
- ・事前に「健康チェックシート」のご記入をお願いしております。
- ・常に換気のできる会場のご用意をお願いいたします。
- ・会場の収容率は50%以下でお願いいたします。
- ・当日は関係者・参加者含め、マスクの着用をお願いいたします。
- ・アクティビティによって、参加者にはビニール手袋の着用をお願いしております。
- ・参加人数によって、入退室は密にならないよう時間差で行う場合がございます。
- ・喫煙所がある会場でも、喫煙所の利用はご遠慮ください。



## アクティビティ紹介

以下のようなアクティビティを組み合わせることでプログラムを実施します。

アクティビティはご要望や目的に応じて、お打ち合わせの中でより良いものを選んで実施します。

### <ズーム>



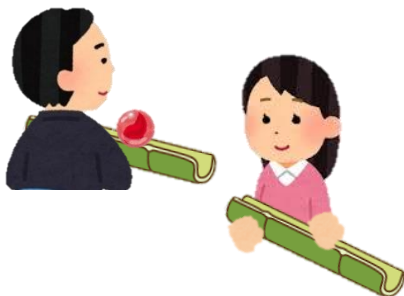
1人1枚、絵が描かれたカードが配られ、チーム内で並べ替えを行うアクティビティ。絵はよく見比べると順番に並べることができる内容になっており、コミュニケーションの制限（自分のカードは他人に見せられない等）がある中、チームで協力して並び替えます。チームで率先して行動する人は誰か、アイデアをどのようにまとめて実行に移すか等が見えてきます。

### <キーパンチ>



チーム全員でバラバラになっている1～30のカードを順番にタッチし、そのタイムを縮めていくアクティビティ。役割分担を意識することの大切さや、アイデアをたくさん出す意味を体感することができます。

### <パイプライン>



小さな玉を指定された道具だけを使って最初の人から最後の人まで順に送って行きます。自分たちでより精度高く、短時間で成果を出せるように改善を重ねます。

## アクティビティ紹介

### <危険物処理>



ロープで囲まれたエリアは、立ち入り禁止エリア。その中に入らずに、与えられた道具だけを駆使して、バケツの中からバケツの中へ目標物を移動させるなどといった作業をします。限られた時間内で処理しなければならないプレッシャーの中、トライ&エラーを繰り返し、チームは一丸となって目標達成のため協働します。

### <ブラインドスクエア>



チーム全員が目隠しをして、協力して長いロープで指定された形をつくる。

目が見えない限られた情報の中で、どう長さを確認するのか、どのように意見を共有し、合意形成をして、結果に結びつけるのかなどチーム力が試される。

また、明確な指示出しなども重要となってくるため、リーダーシップについての気づきも多いアクティビティ。

## ご担当者様の声

### Q1 どのような理由でチームビルディングプログラムを導入いただきましたか？

参加者相互の信頼関係構築、チームによる達成感の学習、チームに属する自らの役割の自覚、早急なチーム力UPのため。

### Q2 今日学んだこと・感じたことの中で、職場に活かせそうなことは？

仲よしグループと達成目標を持つチームは異なることの理解、チームを活性化することが目標達成への近道であることの理解などが進み、チームへの参画意欲や目標達成意欲が高まった。

## 参加者の声

- 「1人が優れていればできるというのではなく、チーム全体としてチーム力が問われる場合もあるということが分かりました。」
- 「1人では解決困難な課題も、工夫＝アイデアを共有することで答えに辿り着けるということ。多くの場合、それは思いがけないところからやってくる。」