

# ソリューションフォーカスによる解決構築

## ～職場の笑顔と成果を増やす～

皆さん、職場でこんな悩みを抱えていませんか？

- ◇職員同士の会話に前向き感がなく、張り合いが感じられなくなってしまう。
- ◇会議や打ち合わせ等で、否定的な発想や発言が多くて、長い時間をかけている割に解決策が見つかりにくい流れになってしまいがち。
- ◇改革をしたいという思いはあるが、組織的な変革となるハードルが高すぎて、なかなか進めることができない。

『ソリューションフォーカス(解決志向)』の最大の特徴は、**人を元気にすること**です。この手法は、職場だけでなく、家庭、学校、サークル、地域活動など、どのような場面でも活用することができます。また、誰でも、どこでも使えるのが、ソリューションフォーカスの持ち味です。職場をはじめとする様々な場面において、笑顔を増やし実際に前向きな変化を生み出したいと望む方を対象に、この研修では解決志向な考え方とコミュニケーションの取り方を学習し、実践する機会を提供いたします。さあ、元気な一歩を踏み出しましょう！

○ソリューションフォーカスとは

ソリューションフォーカス(SF)とは、問題の中身や原因について深く掘り下げていこうとする手法とは正反対の考え方です。原因分析をするかわりに、「どうりたいか」「何を手に入れたいか」という肯定的な未来イメージをつくる過程を先行させたり、既に存在する肯定的要素に焦点をあてることで、すぐに実行可能な具体的解決行動を導き出す思考法およびコミュニケーション手法のことです。人は感情に大きく左右されやすいので、肯定的な視点でお互いの言動を受けとめ、人と人の間に「快」感情を増やすことで、望む未来に向けたアイデアの創出や自発的行動が増えることをねらいます。

### 開催要領

<b>日 程</b>	(前期)平成28年10月24日(月)～10月25日(火)(2日間) (後期)平成28年11月24日(木)～11月25日(金)(2日間)
<b>場 所</b>	全国市町村国際文化研修所 JR京都駅より湖西線約15分 唐崎駅下車徒歩約3分
<b>対 象</b>	職場の活性化について効果的な進め方を探している市町村等の職員(担当部署・役職は問いません。) 4日間全日程をご受講いただける方を対象とします。前期・後期、それぞれの日程における途中退所や一時帰庁はできませんのでご注意ください。 ※議員の方も参加可能ですが、市区町村職員を対象とした研修のため、申込人数によっては受講をお断りすることがありますので、予めご了承ください。なお、お申込みは必ず議会事務局を通じてお願いします。
<b>募集人数</b>	36人 募集人数を大幅に超えた場合は、申込期限後に、受講者の属性やバランスを考慮した抽選等をさせていただきますので、予めご了承ください。なお、受講者の決定については、他の研修、セミナーの申込み・受講の有無にかかわらず、本研修単独で行います。
<b>宿 泊</b>	研修所宿泊棟(宿泊型研修) ※外泊はできません。
<b>経 費</b>	14,726円(前期・後期合計額) 上記金額は、研修、宿泊、食事(朝食2回、昼食4回、夕食2回)、課題図書・資料等にかかる費用です。 なお、事前準備・事前学習にかかる費用は含まれておりません。
<b>申込期限</b>	平成28年9月15日(木)まで
<b>申込方法</b>	JIAMホームページ内「Web申込み」からお申し込みください。 議員の方は、議会事務局を通じてお申し込みください。 「Web申込み」が難しい場合は、受講申込書によりFAXでも受け付けています。 ※受講申込書はJIAMホームページの書類様式集にも掲載しております。
<b>受講決定</b>	受講の可否については、開講日の約1か月前までに通知をお送りします。 経費納入方法等の手続きについては、受講決定通知書によりお知らせします。
<b>事前課題</b>	研修受講にあたって、事前課題に取り組んでいただく予定です。詳細は受講決定通知書送付時にお知らせします。 受講決定通知とともに課題図書(購入費用は研修経費に含む。)をお送りしますので、一読のうえ当日お持ちください。
<b>そ の 他</b>	受講決定後のキャンセルにつきましては、受講決定通知とともにお送りする課題図書の経費(実費)を申し受けます。

問い合わせ先

公益財団法人 全国市町村研修財団

全国市町村国際文化研修所(JIAM) 教務部

〒520-0106 滋賀県大津市唐崎二丁目13番1号

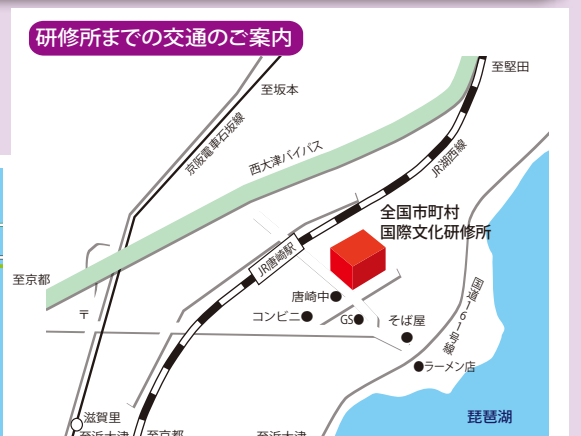
TEL 077-578-5932

FAX 077-578-5906

[e-mail] kenshu@jiam.jp

[ホームページ] http://www.jiam.jp

- 最寄り駅は、JR湖西線唐崎駅です。
- JR京都駅から唐崎駅までの所要時間は、約15分です。
- JR唐崎駅から研修所までは、徒歩約3分です。



## [研修の内容及び日程]

(前期)

10/24

(月曜日)

11:00～

**入寮受付・昼食**

12:30～

**開講・オリエンテーション**

12:50～18:00

**講義とワークショップI**

株式会社ソリューションフォーカス 代表取締役 **青木 安輝** 氏

(内容)

事前課題を踏まえ、ソリューションフォーカスの考え方について、様々なSFワークを交えながら、理解を深めていただきます。

また、ソリューションフォーカスの実践者の体験談を、実践者ご本人からお話しいたできます。

《ソリューションフォーカスの実践哲学》

○こわれていないものを直そうとしない

○うまくいっていることを見つけ、それを増やす

○うまくいっていないことはやめて、違うことをやる

18:30～

**交流会**

夕食を兼ねて、ともに学ぶ受講者同士の親睦(情報交換・交流)を深めます。

10/25

(火曜日)

8:30～15:00

**講義とワークショップII**

株式会社ソリューションフォーカス 代表取締役 **青木 安輝** 氏

(内容)

前日に引き続き、SFワークを通して、ソリューションフォーカスの活用についての理解を深めていただきます。特に、実際の目標達成に向けた指針となる「7つの基本要素」について、SFワークで体感しながら、理解を進めていただきます。

また、ソリューションフォーカスの実践者の体験談を、実践者ご本人からお話しいたできます。

15:00～15:20

**事務連絡**



## (インターバル期間) メーリングリストによる意見・情報交換等

(後期)

11/24

(木曜日)

11:00～

**入寮受付・昼食**

12:45～

**研修オリエンテーション**

13:00～17:00

**フォローアップ(振り返り)ワークショップ**

株式会社ソリューションフォーカス 代表取締役 **青木 安輝** 氏

(内容)

前期研修後の、受講者それぞれの取り組みを振り返りながら意見交換を行います。そして、それぞれの取り組みの中で「小さな成功」を掘り起こしていきます。

11/25

(金曜日)

9:00～14:10

**講義とワークショップIII**

株式会社ソリューションフォーカス 代表取締役 **青木 安輝** 氏

(内容)

前日に引き続き、受講者それぞれの取り組みを振り返りながら意見交換を行います。

さらに、「小さな成功」の積み重ねが、結果的に大きな成果へ結びつくプロセス、そして、実際の職場でソリューションフォーカスを活用する方法についての理解を深めていただきます。

14:10～14:40

**ふりかえり・研修アンケート記入、閉講**

## 講師紹介



株式会社ソリューションフォーカス 代表取締役 **青木 安輝**(あおき やすてる)氏

1958年東京生まれ。東京大学文学部社会学科卒業後、一貫して対人コミュニケーション能力を高めるセミナーおよび企業研修を提供。2005年株式会社ソリューションフォーカスを設立し、解決志向アプローチを中心とした組織開発・人材開発プログラムを企画実施している。2008年に日本ソリューションフォーカス活用事例共有大会(通称「J-SOL」)を創設。毎年全国から熱心なソリューションフォーカス実践者が集う学習コミュニティが形成されている。SOL国際大会や組織開発ワールドサミット等海外での成功事例発表も好評で、国際的な活躍が目まぐるしい。

主な著書・共著・翻訳に、「解決志向の実践マネジメント」「コーチング1日1話」「産業臨床におけるプリーセラピー」

「咲かせたい花に水をあげましょう」「組織の成果に直結する問題解決法 ソリューション・フォーカス」等

## 平成27年度研修受講者の声 ～研修アンケートから～

- 実習が多く、体験できるため、身につけやすかったです。
- 終始楽しく過ごせました。まだ、手探りですが少しずつステップをしていきたいと思えます。
- 職場を笑顔にする研修なんて初めてです。とても面白いと思えました。
- とても分かりやすく、職場改善の成果がみられました。
- 大変リラックスして気持ちよく受講することができました。

## JIAM機関誌でも紹介しています!

JIAM機関誌『国際文化研修』(\*)で、ソリューションフォーカスの特集しています。機関誌バックナンバーは、JIAMホームページからご覧いただけます。

\*機関誌「国際文化研修」第76号(2012年夏)



◎研修内容については、都合により変更になることがありますので、予めご了承ください。なお、研修についての最新情報は、JIAMホームページをご覧ください。

◎受講者による講義中の録音・写真撮影は、固くお断りしております。

◎当研修所では、宿泊室を全室禁煙としております。喫煙は所定の喫煙場所をお願いいたします。

JIAM  
メールマガジンの  
お知らせ

当研修所では、メールマガジンを発行しています。各研修に関する最新情報などを定期的にお知らせします。ぜひご登録ください。読者登録は、JIAM ホームページで受け付けています。