

2018年度
開講予定

注目のラインアップ! マネジメント系 新コース

※開発のため、開講月・コース名・教材内容等は変更になる場合があります。

《ビジネス法務シリーズ第4弾!》

7月開講
予定

知らないでは済まされない

知財入門コース 著作権・営業秘密・商標・商号編

知的財産権の概要、関連法の規制内容などを学び、事例を通して、気をつけるべき「身近な権利侵害」について理解します。



《生産性向上で働き方改革を実現!》

9月開講
予定

一人ひとりの意識を変える

定時に帰る! 仕事術

時間管理の意識を変え、生産性向上につながる方法を学ぶことで、「定時に帰る」仕事の進め方を学びます。



《労務管理は働き方改革の要!》

11月~1月
開講予定

管理者の意識改革を進める

マネジャーのための 労務管理基本シリーズ

11月開講予定 労務管理の考え方と法律編

12月開講予定 労働時間管理と健康編

2019年1月開講予定 働きやすい職場環境づくり編



働き方改革の動きに合わせて、現「マネジャーのための労務管理基本コース」が新しく生まれ変わります。学習テーマごとにコースを分けることにより、短時間で学習することが可能となります。

注)本シリーズの新規開講に伴い、現行の「マネジャーのための労務管理基本コース」は2018年12月の申し込みを最終として、廃講予定です。

予告

次号のeラーニングライブラリNEWS vol.63では、
2月開講の新コース「**企業倫理・コンプライアンス リスク感度アップコース**」を取り上げます!

お問い合わせは

JMAM 日本能率協会マネジメントセンター
パーソナル・ラーニング事業本部

2018年2月発行

〒103-6009 東京都中央区日本橋 2-7-1 東京日本橋タワー 9階
TEL 03-6362-4345 (直通)
〈発信者番号を通知しておかけください。〉(平日 9:00~17:15)

<http://www.jmam.co.jp/>

eラーニングライブラリ 検索



eラーニングライブラリ®は株式会社日本能率協会マネジメントセンターの登録商標です。 ©2018 JMA MANAGEMENT CENTER INC. (無断複製転載を禁ずる)
Windows®、またその他のマイクロソフト製品の名称および製品名は、米国Microsoft Corporationの米国および他の諸国における商標または登録商標です。
TOEIC®はエデュケーション・テスト・サービス (ETS) の登録商標です。

2018.2



eラーニングライブラリ® NEWS

vol.62



新コース

“折れない心”をつくる
レジリエンスの鍛え方基本コース



2018年度開講予定 マネジメント系 新コース



eラーニング活用事例 vol.41

東急住宅リース株式会社様
~eラーニングをベースとして社員の底上げに取り組む~

JMAM 日本能率協会マネジメントセンター

1月開講
新コース

“折れない心”をつくる レジリエンスの鍛え方基本コース

仕事や人生で身につけたい
“レジリエンスの鍛え方”を学びます。

変化の多い時代を生き抜くために、“心の強さ”を表す新しい概念であるレジリエンスに注目が集まっています。本コースでは、レジリエンスを鍛えるための7つのスキルを学びます。

<resilience>
レジリエンスとは？

逆境やトラブル、強いストレスに直面したときに適応する精神力と心理的プロセスのこと



カリキュラム

プロローグ レジリエンスは鍛えることができる

- 0-1 レジリエンスとは？
- 0-2 レジリエンスは鍛えることができる

1. 否定的な感情をコントロールする

- 1-1~1-2 <技術1>否定的な感情の連鎖を断ち切る
~方法1:感情のラベリング
~方法2:気晴らし
- 1-3~1-6 <技術2>思い込みに気づき対処する
~否定的な感情とのつながり①②
~7つの思い込み①②
- 1-7 第1ステップ「底打ち」の振り返り

2. 自信を高め、強みを活かす

- 2-1~2-2 <技術3>自己効力感
「自分ならできる!」を高める①②
- 2-3 <技術4>自分の「強み」を活かす
- 2-4 <技術5>サポーターに支えてもらう
- 2-5 <技術6>「感謝」を習慣にする
- 2-6 第2ステップ「立ち直り」の振り返り

3. ピンチの体験から学び成長する

- 3-1 <技術7>逆境を体験した意味を学ぶ

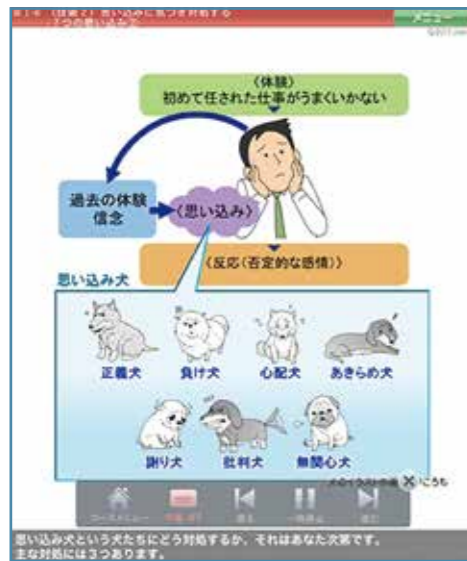
特色

- レジリエンスは鍛えることができることを理解します。
- レジリエンスを高めるために求められる、感情のセルフコントロール法を理解します。
- レジリエンスを高め、自分の強みを知り活かすことで、次につながることをめざします。

Point 1

STEP1 否定的な感情の連鎖を断ち切る

自分のなかにある「思い込み」に気づき対処法を選びます



▲ 1-6 思い込みに気づき対処する より

Point 2

STEP2 自信を高め強みを活かす

立ち直りの支えになる「サポーター」を見つけます

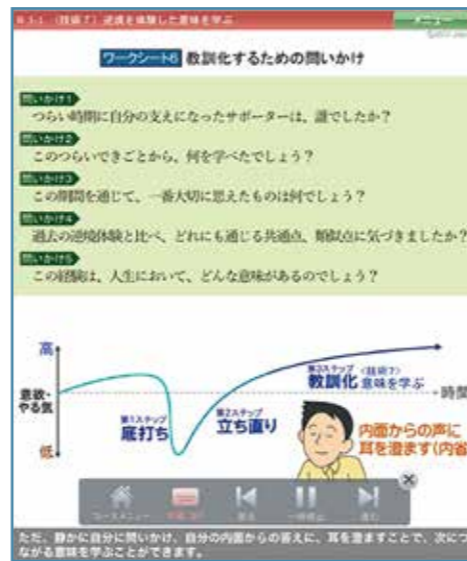


▲ 2-4 サポーターに支えてもらう より

Point 3

STEP3 ピンチの体験から学び成長する

経験を経て自分の内面と向き合い次につながる意味を学びます



▲ 3-1 逆境を体験した意味を学ぶ より

受講者の声

仕事で何か失敗すると「自分はダメだ」と思いがちな性格だが、それを変えるために必要なことを学べた。

受講者の声

精神的に落ち込むことは誰にでもあるが、そこを自分自身で客観的につかんで抜け出すという技術は役に立ちそう。

受講者の声

その場の状況がイメージできる内容になっていたので自身の体験と照らし合わせて受講できた。

受講対象者

すべてのビジネスパーソン

教材概要

想定学習時間：2時間 / 最短実行時間：40分
教材構成：Webによる教材配信 / テスト数：1

監修

久世浩司 ポジティブサイコロジスクール 代表
大学卒業後、世界最大の消費財企業P&Gに入社。化粧品事業のマーケティング責任者としてブランド経営と商品開発に国内と海外で携わる。国内初のポジティブ心理学の社会人スクールを設立、代表として就任。ポジティブ心理学をビジネスの現場で生かす人材の育成に関わる。

2017年度開講予定新コース

※開発中のため、開講月・コース名・教材内容等は変更になる場合があります。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2018年1月	2月	3月	4月
かんたん学習! Windows10 かんたん学習! Word 2016 かんたん学習! Excel 2016 かんたん学習! PowerPoint 2016 TOEIC® Listening & Reading Test ミニ模試<新形式対応>		改正法対応! 個人情報保護法のポイント コース	決算書が読める コース		景品表示法入門 コース	仕事の 心がまえコース	上級管理者 コース		レジリエンスの 鍛え方 基本コース	企業倫理・コンプライアンス リスク感度 アップコース	アンガーマネジメント 基本コース	仕事の基本 シリーズ 「PDCA 編」 ※3月末から学習開始 できます