

★オンライン・リモート研修プログラムのご案内★

—各90分—

1 採用面接官のオンライン面接対策

～オンラインで活躍できる人を見つける方法～

1. オンライン面接における心構え

- ①面接評価基準の2つのポイントと見極め方
- ②オンラインでアセスメントを成功させる

2. オンライン面接のステップと手法

- ①ラポールを形成する具体的手法と実践
- ②事実・行動を絞り込む問いかけ方
- ③コンピテンシーを見極め適合度を確認する

3. オンライン面接を成功させるポイント

- ①オンラインでストレス耐性を見極める
- ②面接時における「4つのいけない」注意点

4. 経験、実績よりも潜在的可能性を見つける

2 テレワーク中のハラスメント対策

～快適なりモートワークに向けて～

1. セクシュアル・ハラスメント

- ①セクハラの定義とグレーゾーンの見極め
- ②誰もが持つアンコンシャス・バイアス

2. パワー・ハラスメント

- ①パワハラの定義とグレーゾーンの見極め
- ②パワハラを持つ本質

3. テレワーク・ハラスメントの危険

- ①3密を避けても3密ハラスメントの発生
- ②テレワーク中のコミュニケーション

4. 働きやすい環境づくり

- ①ハラスメントの発生原因と対処策
- ②ハラスメントの芽を摘む

3 コロナ禍のメンタルヘルス対策

～困難な状況下でのストレス対応力～

1. ストレスを受け止める

- ①やる気を削ぐ「失敗」について
- ②「良い失敗」と「悪い失敗」
- ③あなたを困らせている「思い込み」

2. 心を強くする生活習慣

- ①心＝脳内環境を整える食事
- ②睡眠の質がメンタルタフネスにつながる
- ③定期的な運動が心の健康に効果的な理由

3. オリンピック選手がやってるメンタル強化策

- ①呼吸が心と体を安定させる
- ②なりたいイメージを持ち現実化する
- ③承認力をつける

※各研修ともZOOM会議システムを利用します。チャットや投票機能を使いながら参加型で行います。（参加者の顔出しは強制しません）

