



## 後藤 美香 株式会社アライブ・ワン 代表取締役

宮城県石巻市生まれ。カウンセリング、交流分析を学び、さらにコーチングを国際コーチ連盟認定校2つの機関で履修。2001年2月独立、独立後はコーチングスキルを基盤とした業務改善指導とそれに伴う人材育成指導、企業研修、コーチング事業に従事。

2004年9月有限会社アライブ・ワン設立。2015年株式会社に商号変更。

2007年より国際コーチ連盟により認定された質の高いプログラムでプロコーチを養成している。

多くの事例を用いながらの実践的な参加型(体験学習型)研修を得意とする。

2015年 一般社団法人日本コミュニケーションカード活用推進協会設立、代表理事となる

「違いを認め活かし合う社会づくり」を理念に、全国に活用トレーナーを養成中。

### 【資格・役職】

国際コーチ連盟 プロフェッショナル認定コーチ(PCC)

日本プロコーチ評議会 認定マスターコーチ

一般社団法人コミュニケーションカード活用推進協会 マスタートレーナー

一般財団法人日本ペップトーク普及協会 認定スピーカー / 認定ファシリテーター

### 【担当研修】

- ・ハラスメント研修(セクハラ、パワハラ、モラハラ)
- ・自己理解・他者理解・相互理解研修
- ・コーチング研修
- ・社内コーチ養成研修
- ・リーダーシップ研修
- ・メンタルヘルス対応研修
- ・目標管理・面談対応研修
- ・1on1 Meeting実技研修
- ・管理職向け部下育成研修
- ・顧客対応力向上研修(営業向け)
- ・コミュニケーション研修全般
- ・PEPTARK(勇気づけ・声掛け)研修 など

### 【主な出講先】(順不同、敬称略)

東北人事院 東北財務局 東北法務局 仙台高等裁判所 仙台検察局  
陸上自衛隊東北方面基地 航空自衛隊松島基地 航空技術大学校  
宮城県消防学校 宮城県公務研修所 山形県職員育成センター  
宮城県地方自治研修センター 仙台市職員研修所 JIET(日本情報技術取引所)  
宮城県商工会連合会 各県法人会及び青年会議所(全国、東北、仙台など各所)  
GEキャピタル ソニー生命 一ノ蔵 東京エレクトロン宮城 リンナイ(株)東北支社  
東北パイオニア(株) 東北電力(株)及び関連会社 三井物産関連会社  
(株)日立製作所東北支社 富士通東北システムズ NTT及び関連会社  
三菱地所及び関連会社 認知症介護研究・研修センター(仙台、大府)  
宮城保険医協会 東北大学病院 厚生病院 各県社会福祉協議会  
東北工業大学 東北福祉大学 赤十字病院 山形県薬剤師会  
その他多数の企業、法人、医療福祉団体など北海道から九州まで

など200社以上 1

## 研修イメージ



### 「場」へのチェックイン

- ・研修の目的を共有し、有意義な研修となるためのウォーミングアップゲームを実施し、話しやすいムードへ！



### ディスカッション(継続研修の場合)

- ・事前課題や取り組み状況を共有することで、承認しあえる+の心理へ！
- ・自分の課題を明確にし、良い悪いではなく、客観的に現状を理解する



### コーチングスキルの体験学習

- ・テーマに応じたコーチングスキルを学び、理解促進の体験学習をする。
- ・互いに実践演習を通して、行動のシミュレーションから現場への自信をつける。

### 具体的な事例検討、戦略策定、行動目標作り

- ・OJTに活かすコーチングのポイント演習後は、具体案の意見交換をする。
- ・事例によるシミュレーション(関わりの戦略策定)、取り組み目標を決める

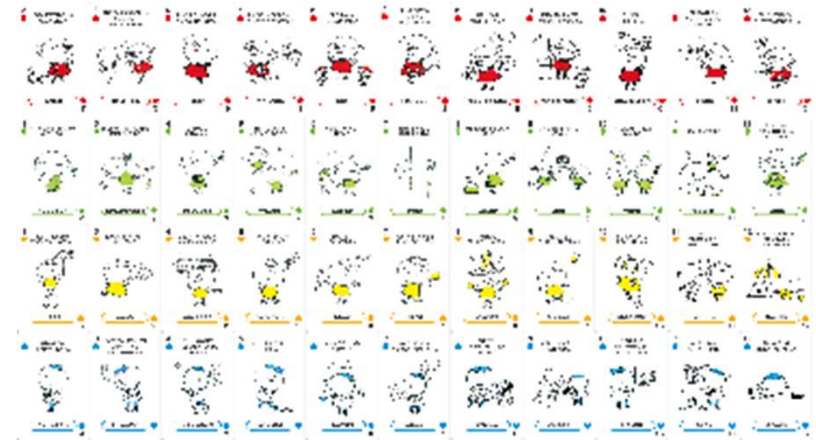
楽しい！  
共有と自己覚知

気づきの喚起！  
オリジナル体感ワーク

マインドUP！  
自信や意欲の促進

## コミュニケーションカード

弊社開発のオリジナル教育ツール  
コミュニケーションカードは、人が持つ**52の  
代表的な行動特性**を示すカードです。  
誰もがこの**52の特性を発揮できる可能性**  
を持っており、立場や環境によって発揮す  
る特性を無意識に変えています。  
このカードを使うことで**自分や相手の行動  
特性の理解を深める**ことができます。



### <研修やセミナーへの連動>

- ・自分の強み・得意を理解し活かす
- ・他者との違いを受容し、苦手な人との効果的なコミュニケーションに活かす
- ・自分の成長を棚卸→未来の成長キャリアをつくる

その他、採用面談・チームビルディングなどコミュニケーションが存在する場面で汎用性の高い活用が出来る