

【新規設定コース】 技能・技術実践研修カリキュラム

コース番号	コース名	期 間	定員	日数
1867	【通信活用研修】 選手のメンタルの状態を把握しよう	【集合研修日】 令和6年2月28日(水)	50	2 (集合1)
開催会場	AP東京八重洲（東京都中央区京橋1-10-7 KPP八重洲ビル7F・10F・11F・12F・13F）	技能・技術分野	共通	
		技能・技術レベル	—	
		技能・技術要素	—	
研修のねらい 及び 到達目標	高い目標に向けて過酷な訓練に取り組む代表選手は、メンタル面にも大きな負荷がかかります。気がつかないうちに追い込まれていたりモチベーションが下がることも多く、メンタルの状態の把握が関係者に求められます。本研修では技能五輪選手に特有のメンタルの状態とその把握方法、および対応方法を学びます。 (到達目標) メンタルの状態の把握方法や対応方法が理解できること			
最低限 必要な知識	特になし			
研 修 内 容	項 目 (予 定)		講義	実技・演習
	【通信活用研修】 本研修は通信活用研修となっており、概ね集合研修の1か月前に基礎的な事前課題が提示され、集合研修日に取り組んだ結果を提出いただきます。 事前課題は、集合研修での解説等でフィードバックされます。 事前課題： 1. 選手との現在の関わりにおいて行っていることや問題と感じていることを整理する 2. メンタルの状態を把握するのに役立つWeb記事、動画などを視聴し、自身にとって重要だと感じた点とその理由をまとめる 研修： 1. メンタルの状態をとらえる（アセスメントする）3つの目 ・ 言語情報と非言語情報 ・ 成功体験と失敗体験 ・ 睡眠 2. メンタルの状態が変わりやすい訓練における出来事 ・ 目的の喪失 ・ 燃え尽き ・ 非共感体験 3. メンタルの状態を把握し、整えるコミュニケーション ・ 会話の視点から見たアセスメント力のある人の特徴 ・ And型コミュニケーションとBut型コミュニケーション ・ 「聞くが8割」の意味と効果 ・ 定期的な対話機会の設定の必要性とその困難さ		2 H	
			2 H	
			2 H	
リニューアル の概要 及びアピール ポイント	選手のメンタルの状態を把握するための具体的な視点と方法が学べます。選手のモチベーションが下がっていると感じる時などに、選手とどう接すればよいのか、何をすべきではないのかがわかります。			
研修成果が 活用できる 職務	職務 1	職務 2	職務の内容	
担当教員 (ユニット)	菊池 拓男 外部講師 (情報通信ユニット)			
使用する機器 等				
受講者が用意 するテキスト (予定)				