



# 研修プラン

FEATHER IMPRO ACT PROJECT 別役慎司

新入・若手社員対象

ビジネスの殻を破る「人間力」向上研修

# この研修の狙い、期待する成果

- 自発的に行動できる
- 創造的に取り組み、新しいものを生み出すことができる
- 本番に強く、臨機応変に対応できる
- テクニックではなく、人と人のコミュニケーションが取れる
- 仕事に楽しみを感じるようになり、能率が向上する
- 高水準のチームビルディングへと導く

→こうした社員へと育成します!

## 【モデルプラン】半日型タイムテーブル

これは一例であり、カスタマイズ可能です

時間	内容	狙い・成果
0'00''-10'00''	概要説明、注意事項、講師紹介	
10'00''-60'00''	ビジネスゲーム「仲間を見つけよう」	アイスブレイク。お互いを知る。自然な会話、会話の発展といった基本コミュニケーションの練習。
70'00''-120'00''	ビジネスゲーム「Oh,Balls!」	自発性、エネルギー、集中力を養う。チームワークとコミュニケーションに対する種々の気づき。
130'00''-145'00''	ミニレクチャー「即興力をつけろ」	指示を待つのではなく、自ら判断し、行動する。臨機応変に対応する力、創造する力。どうすれば仕事の能率が上がり、スキルが上がっていくのか、等。
145'00''-220'00''	ビジネスインプロ「美術館」	想像力のパワーを知る。説明力を鍛える。自発性・緊張に負けない力を鍛える。スピーチ力、コミュニケーション力を育成する。個性を開花させる。
220'00''-240'00''	総括・質疑応答	

## 【モデルプラン】一日型タイムテーブル

これは一例であり、カスタマイズ可能です

時間	内容	狙い・成果
0'00"-10'00"	概要説明、注意事項、講師紹介	
10'00-15'00"	自己紹介(グループ内)	アイスブレイク。受講者の分析。チームワークへの導入。
15'00-90'00"	ビジネスゲーム「Structures」	発想力・創造力を開花させる。発想からスタートし、実現化へのチームワーク力を鍛える。既成概念を打破する習慣をつける。
100'00"-160'00"	ビジネスゲーム「床にタッチ」	リーダーシップとチームワーク力を養う。その根底にあるコミュニケーション力への気づき。
170'00-185'00"	ミニレクチャー「即興力をつけろ」	指示を待つのではなく、自ら判断し、行動する。臨機応変に対応する力、創造する力。どうすれば仕事の能率が上がり、スキルが上がっていくのか、等。
185'00-220'00"	ビジネスインプロ「美術館」	想像力のパワーを知る。説明力を鍛える。自発性・緊張に負けない力を鍛える。スピーチ力、コミュニケーション力を育成する。個性を開花させる。

これは一例であり、カスタマイズ可能です

時間	内容	狙い・成果
230'00"-290'00"	スピーチトレーニング「喜怒哀楽」	緊張に負けない独創性溢れるスピーチ能力を育成する。感情表現豊かな、人に伝わるスピーチを目指す。
300'00-360'00"	ワークシートの記入とディスカッション	ここまでのワークで出てきた重要なビジネススキルを整理し、落とし込みを図る。
370'00-420'00"	アレクサンダー・テクニーク	日々の緊張や身体への過度な負荷を軽減する。正しい姿勢を知り、印象をよくする。
425'00"-440'00"	ミニレクチャー「人生を自分主役の劇場に変える」	ビジネスも人生も、自分が主役になれるように、ポジティブに、そして創造的に生きていく。
440'00-450'00"	総括・質疑応答	

# カスタマイズできるビジネスゲーム

- 1 Oh,Balls! テーマ: 集中力、エネルギー、自発性、コミュニケーション力、判断力・決断力
- 2 Don't Blame me ドレミゲーム テーマ: 集中力、判断力・決断力、脳力・頭の回転、緊張に負けない力
- 3 Finding the Space スペースを見つけよう テーマ: 想像力、表現力、エネルギー
- 4 Zip Zap ジップザップ テーマ: 集中力、エネルギー、臨機応変力、判断力・決断力、脳力・頭の回転
- 5 ゾンビー・ゲーム テーマ: コミュニケーション力、判断力・決断力、緊張に負けない力、集中力
- 6 ルールを当てろ テーマ: 表現力、集中力、想像力、臨機応変力、リーダーシップ能力
- 7 仲間を見つけよう テーマ: 個性、自発性、コミュニケーション力
- 8 ディケンス テーマ: 想像力(連想力・発想力)、自発性
- 9 Music Sculpture 音楽彫刻 テーマ: 想像力、表現力
- 10 STRUCTURES 組み体操 テーマ: 想像力、表現力、創造力、自発性、チームワーク
- 11 床にタッチ テーマ: リーダーシップ、チームワーク、コミュニケーション力、発想力、自発性、創造力

# カスタマイズできる ビジネスインプロ

- 1 キャッチセールス
- 2 賃貸マンション
- 3 旅行の相談
- 4 ルームメイト
- 5 映画の感想
- 6 美術館
- 7 プレゼン発表
- 8 楽屋
- 9 プレゼント

## 15の人間力

創造力	表現力	個性	集中力
想像力	臨機 応変力	自発性	エネル ギー
説得力 交渉力	判断力 決断力	緊張に 負けない 力	脳力 頭の 回転
コミュ ニケー ション力	プレゼン テーショ ン能力	リーダ ーシッ プ能力	15の ヒューマンスキル 人間力

全てのビジネスゲーム、ビジネスインプロは、  
15の人間力の中の複数のスキルを育成できる  
構造となっています。

※上記はお題であり、御社の業務形態との関連性は  
問いません。

# 研修費用の目安



※事前ヒアリング、  
プランカスタマイズ  
研修レポート作成  
等を含む

左記の研修費用は、  
目安であり、詳細は  
ご相談ください。

初回のご依頼で、  
まだ効果に不安とい  
う場合はトライアル料  
金をご提案します。

完全体験型研修であり、ワーク中心のため、一人ひとりが高密度で  
学べるよう、定員は20名までとさせていただきます。



# 講師プロフィール 別役慎司 べっちゃんしんじ

劇作家・演出家・俳優訓練トレーナー・俳優・研修講師  
株式会社ASCEND FEATHER代表取締役  
FEATHER IMPRO ACT PROJECT代表  
財団法人JBS日本ビジネスセミナー協会認定研修講師

ロンドン大学ロイヤルホロウェイ校の留学時代より、  
世界最前線の俳優訓練や演出法を研究。  
帰国以来、日本での先駆として俳優訓練を提供。  
大原高等学院、劇団ひまわり、東京アニメーション  
カレッジ専門学校、VANZ ENTERTAINMENTなど、  
外部講師も歴任。

アマゾンベストセラーランキング  
「実践経営・リーダーシップ」「投資・金融・会社経営」  
2部門において、  
電子書籍「殻破りのインプロトレーニング」が1位に。

「誰でも人前で台本なしに10分間話せるようになる本」  
(阪急コミュニケーションズ) 2013年冬出版



本番に強い「即興力」 人の心を動かす「表現力」  
ビジネスインプロ研修とスピーチ・プレゼン研修の専門家です