

チームを作り、さまざまな体験を通して目標に向かって人と人が協力し、自分自身で答えを見つけるグループプログラムです。

グループ体験型 研修プログラム

◆びわ湖バレイ チームビルディングとは・・・

他人と協力し合う環境をつくり出す「アドベンチャー体験」をルールの中で安全に活動する事により、参加者が「自ら気づいて学ぶ力」の発揮を目指した活動です。身体を使ったアクティビティは隣り合った者同士で取り組めるものから、自然の中で多人数が協力してチャレンジするものまで多種多様なアクティビティがあります。グループワークや体験学習を通して仲間と目標の達成を目指す中で、内なる自分や仲間との間に「新しい発見」「深い学び」「共通の達成感」を得る事ができます。

【チームビルディング】

約束をつくる

グループでグループの為に約束をつくる
自分も仲間も否定しない

関わり合う

初対面の人に話しかけてみる
仲間と関わり合うことでの新しい発見

信頼する

手を取り合う
信頼し合える仲間と楽しむ

挑戦する

はじめてのことに挑戦してみる
自分自身で一步踏み出す

気づく

1人ではなく仲間がいる
仲間と共に考え、気づき、感じ合える

どれも1人ではなく
仲間との間に
あるもの

【活動後に期待できる効果】

自己の気づき

- ・その瞬間に何を感じているのかわかる事
- ・自分自身の能力について現実的な査定をする事
- ・しっかりと自信

社会的な気づき

- ・他の人がどう感じているか理解する事
- ・他人の視点に立てる事
- ・肯定的に交流する事

自己管理

- ・自分の感情をコントロールする事
- ・誠実である事 ・目標に向かって諦めずに追求する事

関係性のスキル

- ・人間関係の感情を効果的に扱う事
- ・健康的で報酬ある関係性を築き維持する事

責任ある意思決定

- ・すべての関連要因を考慮する意思決定
- ・他人を尊重し、自分の決定に関して責任を持つ事



～チームビルディングはチャレンジバイチョイス～

他人や状況による強制や強要の中で行うのではなく、自分自身が決める事です。チームビルディング取り組み中は**ストレッチゾーン**と**コンフォートゾーン**を出入りしながら一人ひとりが自分で挑戦していきます。居心地の良い**コンフォートゾーン**に居るだけでは「気づき」や「学び」は生まれず反対に**パニックゾーン**も自分の許容範囲を超えているので同じです。

パニックゾーン(チャレンジしすぎて混乱した状態)

ストレッチゾーン(チャレンジの状態)

コンフォートゾーン(自分が安心できる状態)

このようなお客様におすすめです！

- 社員研修 ●職場旅行 ●親睦会・交流会 ●リーダーズ研修 ●労働組合旅行 ●スポーツチーム
- 新入生オリエンテーション ●体験学習 ●野外学習 ●ゼミ、サークル旅行 ●メンタルトレーニング

※社員研修プログラムとしてのご利用は 3時間以上のプログラムが必要となります



◆プログラムの流れ(親睦コースプログラム例)

1グループ15名前後に1名のファシリテーター(支援スタッフ)が付きプログラムの進行から振り返りまでを行います。

アイスブレイク(約15分)

グループに分かれファシリテーターが進行します。活動中の呼ばれたい名前は自分で決め名札を付けます。上司や年上でも関係なく「さん」などの敬称も付けず、簡単なゲームで緊張を解きほぐしていきます。

プログラム開始

アイスブレイクを通してメンバーの状態を考慮してグループ毎に適合するアトラクションへ移動してスタートします。ファシリテーターはチームに合った課題を出しながら進めていきます。

課題チャレンジ振り返り

チームの仲間同士で考え行動した状態を考慮してグループ毎に尊重しながら課題に挑みます。失敗しながらも気づき、修正改善、達成した際は成果を体感喜びを共有します。複数のアトラクションにチャレンジします。

全体の振り返り(約15分)

チームで協力して課題に取り組んだプロセスや考え方、協力の過程を互いに話す事により自分で気づき、成長を実感して行きます。日常の活動に活かせる要素は？ファシリテーターはチームの「気づき」の支援を行います。



2021年 4/10(土)～11/23(火)

(除外日5/1～5/6/28～7/2/7/17～19/31/8月土日及び8/9～15/9/6～10/9/18～20/10/9～11)

上記期間及び混雑時の週末はご予約頂けない場合がございます。お問合わせ下さい。

□時間 所要時間 2時間～ 右記コース ※飲酒状態でご参加は頂けません

□人数 15～60名 / 同一時間帯 ※10名～対応可能ですが15名保障料金となります

チームビルディング「びわ湖アドベンチャー・チャレンジコース」

お一人様料金

※中学、高校、専門学校の体験学習は別途ご相談下さい。

- 親睦コース 約2時間 2,100円 ●研修コース 約3時間 3,100円 ●1日コース 約5時間 5,100円