

「脳神経科学アプローチ」で対人ストレスマネジメント力UP！

管理職のための

エンパワメント・コーチング

renewro

milogs 筑波大学発ベンチャー

この度は、renewroサービス資料をご覧頂き、誠に有難うございます。

当社は、筑波大学で研究開発された、臨床心理学、脳神経科学をベースとする独自のストレスマネジメントメソッドを用いて、組織パフォーマンスや心理的安全性向上に向けたコンサルティング、コーチングサービスを提供しております。

職場ストレスの7割を占める人間関係、社員の生産性や意欲低下に直結する難解な問題です。しかし、実はその“からくり”を知れば、誰もが解決可能な課題にしていくことができます。renewroは、組織の要である管理職をエンパワーし組織力アップを図る、管理職のための1on1コーチングサービスです。

ネガティブ脳をポジティブ脳にスイッチする…これは誰もが身に付けられる“技術”です。 ポジティブ脳にスイッチできれば、感じ方・見え方が変わり、未来への選択が変わります。明るい未来を築いていける人を増やしたい、私たちの願いです。この資料をご覧頂き、宜しければ是非、個別説明会にお申し込みください。

株式会社MILOQS 筑波大学発ベンチャー

オンライン個別説明会
お気軽にお申し込み下さい。
ご予約はこちら ⇒



創業経緯

人材・人事のコンサルティングを通じて、人間関係のストレスに関する相談が、2000年代に入り急増しました。社員の生産性や意欲、組織力の低下を招く、難解な問題です。

対処法の知識を得たり、専門家頼みでは、対処しきれなくなっています。自分たち自身で、ストレスに立ち向かう力を高める、新たなソリューション実現を目指し創業しました。

ビジョン

miloqsは、ヘルスケア科学とITを融合し、心やストレスの仕組みを見える化し、自分の力でストレス問題に対処できる「自助力」を高めるためのテクノロジーを提供します。

社会環境が変化がいかに変化しても、人が自分らしく生き活きと活動できる社会づくりを目指します。

会社概要

- 会社名 株式会社MILOQS（ミロックス） 筑波大学発ベンチャー
- 代表者 代表取締役 紙田 剛
- 設立 2018年9月
- 所在地 〒102-0084 東京都千代田区二番町9番地3 The Base 麹町
- WEB www.miloqs.co.jp
- 連絡先 e-mail: info@miloqs.co.jp tel: 03-6261-3692
- 事業内容 I.ヘルスケアソリューション事業
 - 臨床心理学 / 脳科学に基づくメンタルトレーニングシステム研究開発
 - 人材育成・組織形成のコンサルティング、コーチング、研修サービス事業II.システムソリューション事業
 - システム開発 / 運用保守事業

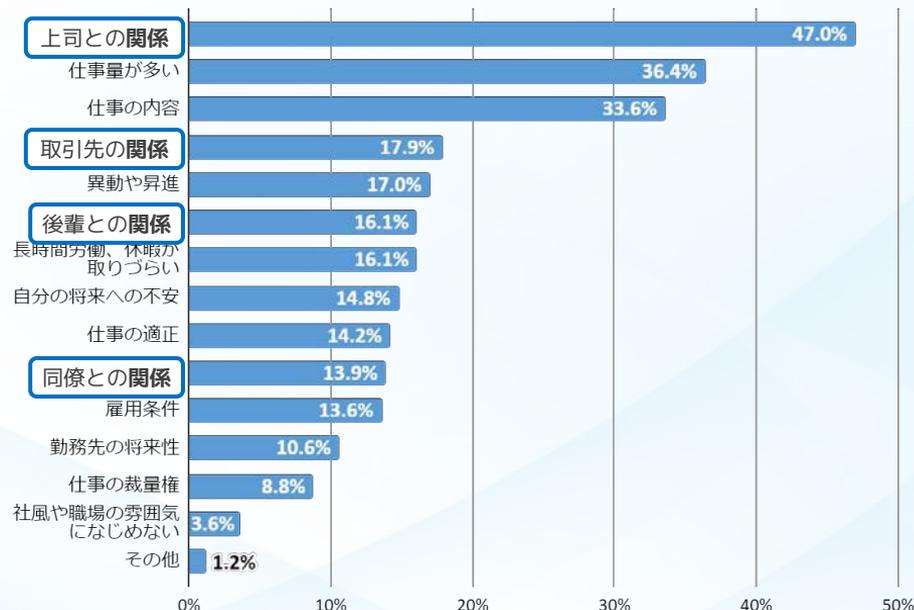


ミスコミュニケーションが、様々な悩みを深刻化し、不満を増幅させている！？

ビジネスパーソンが抱えるストレスに関する調査
(2020年チューリッヒ生命調べ)

	2020年 n=1000	2019年 n=919	2018年 n=898	2017年 n=896
1位	収入(経済面) 22.4%	仕事の内容 34.6%	上司との人間関係 38.9%	上司との人間関係 39.7%
2位	仕事の内容 21.4%	給与や福利厚生など待遇面 31.8%	同僚との人間関係 29.0%	仕事の量が多い 28.8%
3位	上司との人間関係 14.6%	同僚との人間関係 27.3%	仕事の内容 27.2%	給与や福利厚生など待遇面 28.8%
4位	上司/部下以外の社内の人間関係 14.5%	上司との人間関係 26.9%	仕事の量が多い 27.2%	同僚との人間関係 25.6%
5位	仕事環境 10.7%	仕事の量が多い 24.7%	給与や福利厚生など待遇面 25.6%	お客様や取引先との人間関係 17.5%

管理職の勤務先ストレスの要因
(2019年マンパワーグループ調べ、n=330)



管理職の 対人ストレスマネジメント力が低いと 部下に対し・・・



組織に悪影響

- モチベーションの低下
- 生産性の低下
- 職場が暗くなる
- メンタルダウン

⇒ 離職率の
増加

管理職の対人ストレスマネジメント力無くして、心理的安全環境は作れない！



心理的安全な職場環境では

- ▷ パフォーマンス高・従業員満足度高（離職率が低い）
- ▷ 部下が生き生きと活動
ポテンシャルを最大限発揮
- ▷ 情報共有やアイディア・改善提案が活
発化

「心理的安全性」 とは

- 何か発言をしても**否定されたり罰せられたりしない**というような、対人関係のリスクに対して安全であるという、チームに共有された信念
エイミー・C・エドモンドソン、ハーバードビジネススクール、1999、"Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams"
- **生産性の高いチームの共通項は、唯一「心理的安全性」**

Google社のプロジェクトアリストテレス（チームの生産性研究）の成果、2016

組織パフォーマンスが高く・離職率が低い
心理的安全な職場環境づくりに向けて

「管理職の対人ストレスマネジメント力向上」を
miloqs がサポートします！

「脳神経科学アプローチ」で対人ストレスマネジメント力UP！

管理職のための

エンパワメント・コーチング

renewro



筑波大学と共同開発の、**臨床心理学・脳神経科学をベースとする独自の対人ストレスマネジメントメソッド**を用いた、組織の心理的安全環境づくりのコンサルティング・コーチングサービス“renewro”（リニューロ）

管理職の**対人ストレスマネジメント力UP**を、産業心理臨床の実践、ビジネス現場を理解するキャリアコンサルティングの視点、**両輪で伴走するrenewroトレーナー**がサポート

※renewro: renew(新たにする・取り戻す・復活させる)+ neuroscience(神経科学)

対人ストレスマネジメント力を構成する3つの力を高めていきます。

対人ストレスマネジメント力UP

03

アサーティブな コミュニケーション力

対人特性に応じた対話力をさらに高めていく

▼コーチング内容

- 心理ブロックング・アサーションレクチャー
- ロープレトレーニング
- 部下へのメンタリングトレーニング
- 職場での対話実践振り返り

▼コーチングステップ

● 応用編

02

ストレスコントロール力

自分で脳の扁桃体反応を鎮め情緒安定化させられる

- 対人ストレスに反応する扁桃体のメカニズムレクチャー
- 脳や身体へのストレス反応の知覚体験
- VRアプリでのストレス軽減体験とセルフトレーニング
- 職場でのストレスコントロール体験振り返り

● 基本編
初回3ヶ月

01

対人特性の理解力

自己/他者の特性を知り、問題を生む認識のズレを理解し対話に活かせる

- 対人特性パターンレクチャー
- 自己・組織の分析データ解説
- 実例を用いたケーススタディ
- 職場での対話場面の振り返り



臨床心理学に基づく独自の分析メソッド 対人特性をタイプ別分類し可視化

- ▶ 心理臨床で用いるチェックテストを使用
定期のストレスチェックテストでは分からない、**対人ストレスマネジメント力に関わる特性性をタイプ別に分類し可視化**
- ▶ アセスメント(評価)分析結果に基づき、**管理職や部下の個別性に応じて**、対人ストレスマネジメント力向上の1on1コーチングを実施

アセスメント(評価)内容

- 対人ストレスに関わる心理・行動特性
- 対人コミュニケーションタイプに関わる気質特性
- 組織内の対人関係に影響を与える対人パターン特性

アセスメント(評価)ツール





トレーニングアプリ“MOODSWITCH®”活用 ストレスコントロール力を高める

- ▶ **筑波大学で研究開発**した、脳神経科学・臨床心理学に基づく、対人ストレスマネジメント力UPのためのセルフトレーニングアプリ“MOODSWITCH”（VR版、スマホWEB版、LINE CHATBOT版）
- ▶ 対人ストレスに必ず反応する**脳の「扁桃体」反応を鎮静化**、ストレス反応を瞬時に低減させる。情緒を安定化(ストレスへの敏感反応を低減)し、ストレス耐性UP
- ▶ 企業や病院で導入。心理指標と生理指標(心拍、自律神経、血圧)にて有効性を検証した**エビデンスベースのアプリ**（国内/中国特許取得済）



WEB版



CHATBOT版



VR版



臨床心理学 x キャリアコンサルティングの 専門トレーナーが1on1で伴走



産業心理臨床の実践、ビジネス現場を理解するキャリアコンサルティングの視点、**両輪で伴走するrenewroトレーナー**が、1on1を担当！
マネージャーの対人ストレスマネジメント力UPを支援！

1on1では、事前のヒアリングやアセスメント結果に応じて、下記のような内容を取り入れ、コーチングを実施

コーチング内容

- アセスメント分析（心理行動特性、気質特性、チーム対人関係性など）の解釈とレクチャー
- アセスメント結果に基づく対人ストレスマネジメント力向上のコーチング
- 個別問題対処へのアドバイス

renewroトレーナー

松本 敦子

株式会社MILOQS 取締役
医療法人社団健人会・横倉クリニック/健康外来サロン サイコセラピスト・心理カウンセラー
NPO法人ヘルスカウンセリング学会 認定上級気質アドバイザー
東邦大学看護学部非常勤講師
日本女子経営大学院非常勤講師

管理職から経営者層人材のキャリアコンサルティング、人事コンサルティング、メンタルヘルス対策、ストレスマネジメント研修、女性管理職研修、企業・医療機関でビジネスパーソンの心理カウンセリングに従事。

心身一元に基づく健康心理学が専門。筑波大学大学院人間総合研究科修了（保健学）、同大学院人間総合研究科博士課程満期退学。米国アライアント国際大学臨床心理学大学院修了（臨床心理学）

3か月の1on1コーチング（基本編）を実施し、その後も状況にあったご提案をし、フォローアップを継続

START

01 インテーク ヒアリング

- ・組織課題や現況をヒアリング
- ・サポートプランをご提案

02 アセスメント （評価）

- ・管理職、部下を対象としたチェックテスト実施
- ・対人特性や課題分析

03 3か月の1on1 コーチング

- ・アセスメントに基づきコーチングを実施
- ・2週間に1回1時間、計5回

04 フィード バック

- ・3か月のフィードバックとレポート
- ・「これまでとは何が変わったのか」を確認

ステップ
アップ

心理的安全環境 の実現

- ・さらなる管理職の対人マネジメント力向上、自助力UPに向けたサポートのご提案

GOAL

< 3か月サポートの成果評価 >

「これまでから何をどのように変えられたか？」

管理職の評価

▼管理職の心理行動特性変化



▼マネジメント自己評価変化

項目	評価
部下の心理的安定性を高めることができる	◎
部下の自己肯定感を高めることができる	◎
部下のストレス耐性を高めることができる	◎
部下のコミュニケーション能力を高めることができる	◎
部下の対人特性を理解することができる	◎
部下の自己肯定感を高めることができる	◎
部下のストレス耐性を高めることができる	◎
部下のコミュニケーション能力を高めることができる	◎
部下の対人特性を理解することができる	◎

< 中長期サポートの成果評価 >

「組織の何をどのように変えられたか？」

管理職の評価に加え、組織への影響・変化を評価

▼部下の心理行動特性変化



▼エンゲージメント等指標変化

項目	評価
組織のエンゲージメントを高めることができる	◎
組織の生産性を高めることができる	◎
組織の収益性を高めることができる	◎
組織の顧客満足度を高めることができる	◎
組織の従業員離職率を低く保つことができる	◎
組織の従業員定着率を高く保つことができる	◎
組織の従業員離職率を低く保つことができる	◎
組織の従業員定着率を高く保つことができる	◎
組織の従業員離職率を低く保つことができる	◎
組織の従業員定着率を高く保つことができる	◎

▼業務指標変化



組織課題にフォーカスした1on1を実施し、効果を高めていきます。

01

組織力を高める



- コミュニケーションの円滑化
- 情報共有や改善提案の活発化
- 多様な個性への対応力が高まる

02

生産性を高める



- 対人ストレスにとらわれず、管理職の生産性を高める
- 社員への指示や支援が行き届き組織の生産性を高める
- ミスの低減

03

定着率を高める



- 管理職からの支援感を高める
- 社員の意欲や満足度を高める
- 社員の定着率を高める

renewroは、管理職の「実践力」「自助力」を高めることを主眼としたサービスです。

		従来サービス	renewro
01	アセスメント 大まかな組織の状況・課題 個別の対人特性・課題	組織診断サービス ✓ 見える	✓ 見える
		× 見えない	✓ 見える
02	改善施策 対策方法・知識の提供 職場での個別課題対応	研修サービス ✓ 知識の提供	✓ 実践トレーニング
		× 個人努力	✓ 実践伴走
03	施策評価 大まかな組織のデータ評価 個別施策のデータ評価	✓ 見える	✓ 見える
		△ 難しい	✓ 見える

お客様のご要望に合った最適なプランをご提案し、お見積りをご用意します。

基本サービス

組織アセスメント（評価）

アセスメント対象 組織部員最大15名

100,000円



管理職 1on1

1回1時間 x 5回のオンライン1on1
3か月のアプリ利用

100,000円 / 名

オプション

メンバー 1on1

1回1時間 x 1回のオンライン1on1

15,000円 / 名

導入例

実施期間：3～4か月 アセスメント対象：管理職 2名+組織部員 10名
管理職 1on1対象：2名

アセスメント（評価）

100,000円



管理職 1on1

200,000円

= 300,000円

（税抜）

Q1.他の研修やコーチング、1on1等と何が違うのですか

ストレス対処への画一的な知識の提供や指導を行うのではなく、renewroは、実践力を高めることを主眼に置き、管理職の個別問題解決に向けても、専門トレーナーが伴走支援します。

Q2. 1on1はオフラインでも可能ですか？

オンラインでご提供させて頂くサービスとなっていますが、オフラインでの1on1をご希望の場合は、別途ご相談下さい。

Q3. ストレスはないと思っている管理職に意味ありますか

組織力UPを目的とした場合、管理職自身のストレスと共に、部下がにどのような特性があり、組織内の対人関係をどのように受け取っているかを知り対策をうつことが重要です。

Q4. サービスの実施期間はどれくらいですか

最初のヒアリングから、最終のフィードバックまで、計3～4か月となります。

Q5. 1on1はどれくらいの頻度で行われますか

基本は、1回1時間の1on1を、2週間に1回の頻度で実施します。お客様のご要望やご都合を伺い、必要があれば、実施頻度や回数を調整できます。

Q6. 秘密は守っていただけますか

秘密は厳守いたします。取り扱う情報に関しても、事前にお客様と開示範囲を定め、厳重管理をいたします。

社員の「感じ方」が変わる 会社の「未来」が変わる



milogs