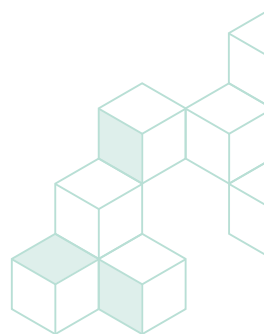


LIFO

LIFE ORIENTATIONS



こんなお悩みはありませんか

① 職場の相互理解が進まず、 コミュニケーション不全が起こっている

- ・ 人員が不足しているため担当業務をこなすことに精いっぱいでお互いに会話をしている時間がとれない
- ・ 働き方が多様化し、お互いに顔を合わせる時間が少ないため部門内での一体感が生まれにくい

② 自分の強みを活用して生産性を発揮してほしい

- ・ 自分の強みを理解して、その強みを生かして積極的に仕事に関わってほしい
- ・ 管理者としての自己の強みを理解すると共に、生産的な強みの活用方法を身に付けてほしい

③ 効果的な対人関係を築いてほしい

- ・ 管理者として職場メンバーの適性を理解した関わり合いをしてほしい
- ・ OJT 制度を効果的に運用するために、新入社員の特性に合わせた関わり方を身に付けてほしい

LIFO®とは



Lifo Program ライフ・プログラム

「自己の行動スタイルを明らかにする」

～自己理解・他者理解を深めるツール『LIFO®』プログラム～

行動科学に基づき個人の自己理解やチームの活性化を目的に開発されたプログラム。
「強み」を把握することで、対人関係上の問題解決やチームワークの円滑化を図る！









LIFO® (ライフオ) とは何か？

LIFO® (Life Orientations) は、行動科学に基づき個人やグループの成功を促進することを目的に開発された理論です。

LIFO® は、個人の人生における基本的な方向性や行動スタイル（やり方）をサーベイなどによって明らかにすることから始まります。

そしてここから得る自己理解を土台として、対人関係の円滑化をサポートします。

LIFO® では人生における基本的方向性やスタイルを、下記の「世の中を見る4つの窓」という概念で、4つのスタイルを用いて表現致します。




 SG KW:優秀性・卓越性	 CT KW:行動・能力	 CH KW:理性・事実	 AD KW:調和・柔軟
Supporting-Giving 一生懸命人に尽くすこと、理想に向かって努力することによって自分の価値を証明できるなら物事は必ずうまくいくという価値観を持つ	Controlling-Taking 能力を発揮すること、チャンスをしっかりものにすることによって成果を上げられるなら、望むものは手に入るという価値観を持つ	Conserving-Holding 行動する前にじっくり考え、自分の持っているものを最大限に生かせるなら、目標は必ず達成できるという価値観を持つ	Adapting-Dealing 相手の求めているものを知り、それを提供していけば自分の欲求は必ず満たすことができるという価値観を持つ
- 目標観 - <ul style="list-style-type: none">▶ 自分の価値を証明すること▶ 人の役に立つこと	- 目標観 - <ul style="list-style-type: none">▶ 自分の能力を発揮すること▶ 成果をあげること	- 目標観 - <ul style="list-style-type: none">▶ ゆっくり進むこと▶ 確実にやること	- 目標観 - <ul style="list-style-type: none">▶ 人のことをよく知ること▶ 人とうまく付き合っていくこと
- 強み - <ul style="list-style-type: none">▶ 思いやりがある▶ 謙虚である▶ 最高を求める▶ 理想主義的である 	- 強み - <ul style="list-style-type: none">▶ 統率力がある▶ 自己主張する▶ 変化を求める▶ 競争心がある 	- 強み - <ul style="list-style-type: none">▶ 粘り強い▶ 客観的に分析▶ 現実的である▶ 理論的である 	- 強み - <ul style="list-style-type: none">▶ 柔軟性がある▶ ユーモアがある▶ 社交的である▶ 場を和ませる 

LIFO®の特徴とは

—LIFO®で啓発できるエビテンス—

対人関係における社会的能力の土台になるのが「自己理解」すなわち、自分自身をしっかりと理解、受容する能力です。

LIFO®では主に右記の3つのヒューマンスキルを開発致します。

skill	概要	キーワード
パーソナル・スキル 	対人関係において、自分の意図や行動、また他者への影響はどのようなものであるか気付き、さまざまな状況の中で自分を正しく理解、受容し、それを表現する能力。	—自己理解— 自己内 コミュニケーション
インター・パーソナル・スキル 	自己と他者の二者関係において、他者を理解し、それを相手に伝えることで新たな気付きを与える能力。また、他者に自分のことを教えてもらうことで、自己に気づき、それを受け入れながら、効果的・生産的な関係を維持・発展させていく能力。	—他者理解— 対人 コミュニケーション
グループ・スキル 	自己が所属するグループの中の色々な人間関係や力関係を理解し、その中で自分がふさわしい役割を取る能力。また、自ら進んでやってみることも他者に役割を与えることでグループを効果的・生産的に維持・発展させていく能力。	—グループ理解・影響力— 集団内 コミュニケーション

1 人間を「型」にはめない

数ある自己診断ツールの多くは、人間を何らかの「型」に分けることで理解しやすくします。

一方 LIFO® は「好みの行動パターン」を理解し、自らの行動を変えることにスポットを当てています。

一般的な診断

A

何らかの型に特定する

LIFO® 診断

A B C D

一つの型に特定せず、行動パターンの特徴を把握する

2 行動変化を促すための4つのアプローチ

LIFO® プログラムは、診断するだけではありません。

4つのアプローチにより、アクションプランまで落とし込むことができます。

1. 確認

自分の好みのスタイルや強みを正しく理解する。

2. 緩和

自分の好みのスタイルや強みを過剰使用しないように気を付ける。

3. 拡張

自分の苦手なスタイルの強みを意識的に使用する。

4. 応用

相手の好むスタイルを知り、相手に合わせたコミュニケーションを取る。

3 平常時とストレス時の両面を把握できる

人間はいつも同じ状態ではなく、状況によって行動パターンが違います。LIFO® プログラムでは時間や環境によってストレスを感じている時と、ストレスが少ない時の両面を把握します。

平常時
(SG)

思いやりがある

最高を求める

謙虚である

ストレス時
(CH)

粘り強い

現実的である

客観的である

—強みの使用状況と生産性の関係—

強み

自分の持ち合わせている行動スタイルを理解して、強みを適度に使用してパフォーマンスを上げる。

弱み

強みを過剰使用、あるいは未使用の場合は生産性が下がる。

強みも使いすぎると弱みになる。強みだと思っていたことも、実は「強み」を使いすぎた状態であるということに気付く！

親切

おせっかい

信念

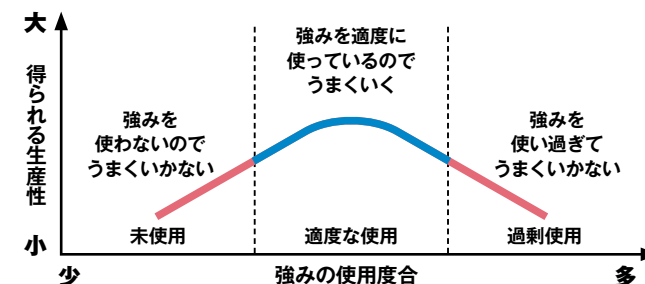
頑固

自己主張

生意気

柔軟

優柔不断



LIFO® 活用例・事例

－ LIFO® 活用場面－

－ 対人関係能力の向上 －

- ▶ 自己理解の促進
- ▶ 他者理解の促進
- ▶ コミュニケーション能力の向上

－ マネジメント能力の啓発 －

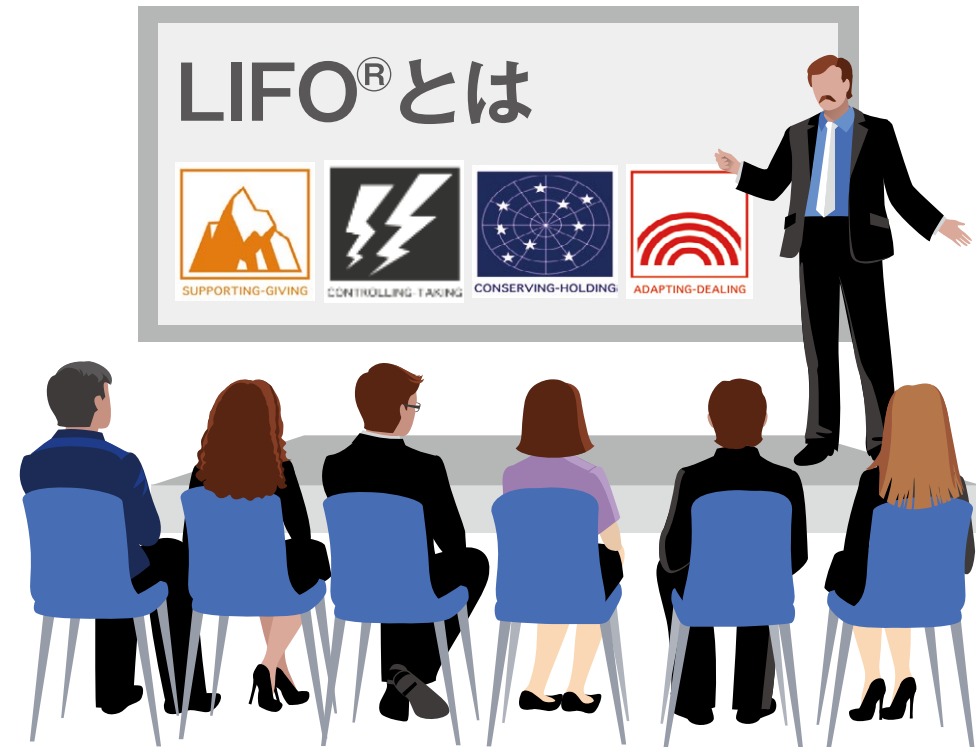
- ▶ リーダーシップ能力の啓発
- ▶ OJT コーチング能力の強化
- ▶ 1 on 1 促進のツールとして

－ 職場コミュニケーションの改善 －

- ▶ 自部門のチームづくり促進
- ▶ 部門間連携の推進
- ▶ 職場のエンゲージメント向上

－ セールストレーニング －

- ▶ 強みを生かしたセールススキル啓発
- ▶ 顧客との効果的な関係づくり
- ▶ 対面販売スキルの啓発



LIFO® プログラムはあらゆるシーンで活用できます。
展開方法も 2～3 時間のセミナー、半日～2 日間の研修会、
職場単位のワークショップから eラーニングまで状況に合わせて選択できます。
LIFO® プログラムライセンスを取得いただくことで組織内外での展開が可能です。



活用例はこちら

LIFO®テキスト関係

－ LIFO®：個人診断 －



－ LIFO®：組織診断 －



各 ¥2,000- (税別) / 人数

－ テキスト・ワークブック －

LIFO®をより分かりやすく学習いただくためのテキスト兼、ワークブック。
診断結果を記入しながら LIFO® の理解を深めます。



各 ¥2,000~3,000- (税別) / 人数
(※お客様対応は ¥2,000-)

－ eLIFO －

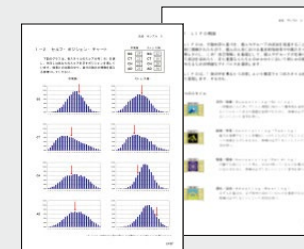
- 3時間程度の内容を3部構成に分割。ご自身の学習したいことから学べます。
- 診断結果と個人レポートが、すぐにダウンロードできます。
- プログラムの概要は、アニメーションで素早く学習できます。
- 一つひとつのプログラムは約5～8分。合計17節で構成されており、反復学習にも適しています。
- ストーリー仕立ての映像学習で、LIFO®の活用イメージが理解できます。
- LIFO®プログラムの重要なポイントに関する確認テストがあり、ご自身の理解度チェックができます。



1ID ¥10,000- (税別) / 2 ヶ月

－ LIFO® コメント －

LIFO® 診断を取っていただいたあと、診断のスコアから個別に診断レポートを返却するサービス。右記の項目について12ページにわたり、個人の特徴をレポートします。



- 〈平常時〉
- ・基本的特徴
 - ・部下・後輩に対するときの特徴
 - ・仲間・同僚に対するときの特徴
 - ・変化・変革に対するときの特徴
 - ・マーケティング・販売に対するときの特徴
 - ・苦手とする特徴
 - ・強みを過剰使用したときの特徴
 - ・他者とのコミュニケーションを効果的にするアドバイス
 - ・その他アドバイス
 - ・周囲の人たちへのアドバイス

- 〈ストレス時〉
- ・葛藤状態での特徴
 - ・ストレス時の特徴
 - ・他者とのコミュニケーションを効果的にするアドバイス
 - ・その他アドバイス
 - ・周囲の人たちへのアドバイス

各 ¥3,000- (税別) / 人数

LIFO®プログラムライセンス取得と内製化支援のステップ

ライセンス取得に向けて

- ライセンス取得講座受講に当たって、事前課題（事前診断、動画視聴など）に取り組んでいただきます。
- ライセンス取得講座（オンライン協調学習・オンライン自己学習で構成）の最終日に提出課題の内容や認定試験によりライセンス認定します。
- ライセンス認定後、ライセンシー契約（※社外展開の場合は代理店契約）を結ばせていただきます。（ライセンスは1年毎の自動更新・更新料無料）



取得後のフォローについて

展開準備

- ライセンシーの方が展開していくための計画作りを行います。
- 必要に応じて、自社の状況に合わせた展開方法など専門コンサルタントがご相談に応じます。
- 実施に必要なスライド、ツールを提供します。（資料は Web でご購入いただきます。）

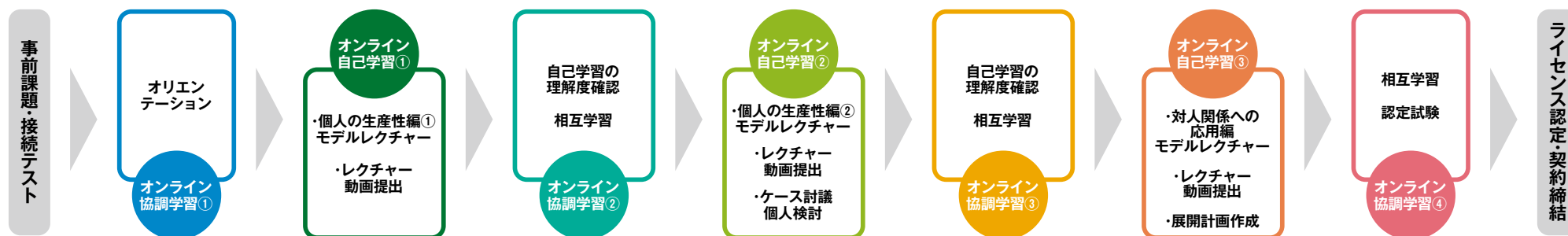
必要に応じて 専門コンサルタントと 協働展開

- ライセンシーの方が展開する際に、専門コンサルタントと協働開催することも可能です。

定期的な情報交換の場づくり

- 年に1回程度 LIFO® プログラムライセンシーの方にお集まりいただき、自社事例の情報交換や弊社からのアップデート情報を共有する場を設けています。
- 月数回、旬なテーマの情報発信（今年の新入社員の傾向、組織のエンゲージメントを高める方法など）やライセンシー同士の交流会も開催しています。

LIFO®プログラムライセンス取得講座概要



■ 講座の進め方とは？

- 協調学習：受講者としてのプログラム体験と受講者同士の相互学習、インストラクション演習
- 自己学習：モデルレクチャー動画の視聴とインストラクション演習動画の提出、提出動画への講師や受講者からの個別フィードバック

⇒2つの学習を組み合わせることで、LIFO®プログラムの理解とインストラクションスキルの習得を目指します

■ LIFO® プログラムライセンス導入実績

ライセンス取得者 1,114 名 ライセンス取得企業 562 社（2024 年 10 月末現在）

■ 開催概要 ご自宅や職場から、3 時間× 4 回の受講で取得可能！

開催月	日時詳細	時間
2025年 5月～6月開催	5月15日(木)、22日(木)、6月5日(木)、12日(木)	9:00～12:00
2025年 8月～9月開催	8月20日(水)、27日(水)、9月10日(水)、17日(水)	9:00～12:00
2025年 11月～12月開催	11月13日(木)、20日(木)、12月4日(木)、11日(木)	9:00～12:00
2026年 1月～2月開催	1月20日(火)、27日(火)、2月10日(火)、17日(火)	9:00～12:00

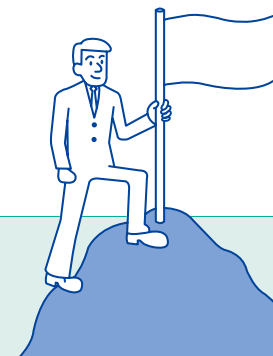
受講環境：オンライン（Zoom・学習プラットフォーム UMU を活用します）

受講費用：お一人様 280,000 円（税別）※展開の際の資料・ツールは、教材に応じて別途費用が発生します
1 組織 4 名以上であれば、社内実施も可能です

LIFO® ライセンスを活用した職場展開

研修の学びを一過性にとどめ、職場実践する新しい研修コンセプト MSS !

LIFO® ライセンスを活用し、職場の『人にまつわる』問題解決を支援します。

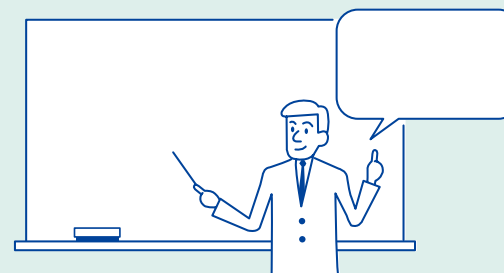


STEP 1 LIFO® ライセンスを社内で1名以上取得

ライセンシーはワークブック（オンライン実施の際は、オンラインツール）の手配やマネジャーが職場でワークショップを実施することを必要に応じて支援します。

STEP 2 マネジャーがマネジメント実践スキル講座を受講 ※ オンラインでもオフラインでも実施可能

1日間のマネジメント実践スキル講座の受講により、職場でLIFO®を活用したワークショップが展開できるスキルと資格を付与します！



【料金】
スキル認定登録料
¥20,000-（税別）/1人
※認定講座開催は、10名様より申し受けます。

STEP 3 マネジャーが職場でワークショップを実施 ※ オンラインでもオフラインでも実施可能

職場の課題に合わせたワークブックを活用して展開をします。



【料金】職場展開基本プログラム ¥7,500-（税別）/1人
【内容】LIFO® 個人サーベイ、eラーニング、ワークショップ用ワークブック
※基本プログラム実施後、他テーマにて実施の場合は、ワークショップ用ワークブックのみのご購入も可能です。
（ワークブック@ ¥2,000-（税別）/1テーマ）

MSSとは

■ ワークショップテーマは10種類

ワークショップテーマ

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 チームづくり | 6 目標管理（目標設定） |
| 2 タイムマネジメント | 7 お客さま対応力向上 |
| 3 OJT 強化 | 8 報・連・相レベルアップ |
| 4 セールス スキル | 9 相互指摘力向上 |
| 5 セールス アプローチ | 10 期待役割確認 |
| + 働き方改革 | + 労働組合ハンドブック |



オンライン版の
ワークブックを利用して
リモートワーク中でも
ワークショップが実施可能



—スマホ de LIFO—

職場ワークショップ実施に向けた
事前学習用 eLIFO。スマホをはじめ
さまざまな端末で学習できます。



- ・通勤の電車の中で！
- ・移動時間を使って！
- ・お昼ご飯を食べながら！
- ・休憩中に！
- ・職場で時間を決めて！

※さまざまな場所で学習できます。

■ スマホ de LIFO 学習の流れ

- 【第1部】LIFO® サーベイ実施（約15分）
【第2部】LIFO® プログラム概要（動画）（約40分）



第1章 はじめに（約5分）

- 1-1 LIFO® とは
- 1-2 スコアの見方
- 1-3 チェックテスト



第2章 確認（約20分）

- 2-1 自分のスタイルの強み、特徴を知る
- 2-2 4つの全てがベストスタイル
- 2-3 LIFO® スタイルによる行動の違い
- 2-4 職業においてスタイルの好みと成功とは無関係である
- 2-5 強みの使用状況と生産性の関係
- 2-6 チェックテスト



第3章 緩和（約10分）

- 3-1 「強み」を使いすぎないようにする
- 3-2 「強み」の過剰使用を認識する
- 3-3 「強み」の過剰使用を緩和する
- 3-4 チェックテスト



第4章 拡張（約5分）

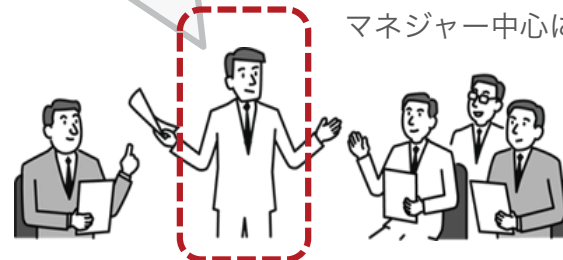
- 4-1 あるスタイルを好まない理由
- 4-2 新しい窓からの見方を探る
- 4-3 好まない強みの良さを見直す
- 4-4 他者の強みを活用する
- 4-5 チェックテスト

- 【第3部】LIFO® 簡易個人レポート（一読）（約5分）

応用は職場でワークショップ（約2時間）

職場の目標達成に向けて...

マネジャー中心に開催



MSS 展開ツール関係

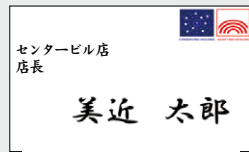
— LIFO® “窓” シール —

職場でメンバー相互のスタイルを見分ける為の支援ツール。
相手のスタイルを見分けることを容易にします。



名札やシフト表、PC 等に貼って
お互いにスタイルを共有する

活用イメージ



見分ける
サポート
ツール



4つのスタイル各1枚ずつ
5セットにしたものが1シート

¥300- (税別) /1シート

— ポケットガイド —

相手に合わせたコミュニケーションのポイントなどを
ポケットガイドにしました。
職場が手狭でポスターを貼れない場合や、
営業職で社外にいることの方が多い場合等に有効です。

携帯する
ツール



ベースック



両面印刷3つ折りで カードサイズ



タイム
マネジメント

セールス

お客様対応

過剰使用

他のカードと一緒に携帯
いつでも確認できる

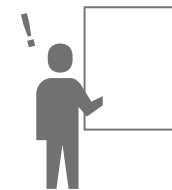
各 ¥200- (税別)

— 職場展開用ポスター —

相手に合わせたコミュニケーションのポイントなど
職場の目に付くところに掲示することで、
相手に合わせたアプローチを確認する（言い換える）ことをサポートします。



言い換え
サポート
ツール



A1 サイズで
職場で見やすい！
いつでも確認できる

ベースック



お客様対応



セールス



タイムマネジメント



過剰使用

各 ¥3,000- (税別)



学 び に 発 展 と 奥 行 き を

LDcube

Learning Development × Design × DX