岡山経研セミナーのご案内

新講座

ハイブリッド型セミナー　会場受講　オンライン受講

ストレスに強く前向きな チームレジリエンス力の高め方

講師 株式会社PHP研究所
講師
戸辺 美由起 氏
（略歴裏面）

日時 2024年2月14日（水） 9:30～16:30
（接続開始8:45　会場受付9:00）

会場 ちゅうぎん岡山駅前ビル　4F　会議室
もしくは Zoomによるオンライン受講

定員 会場：20名・オンライン：20名
※定員に達した時点で締め切らせていただきます。

対象 管理職・リーダーの皆さま

●セミナーのねらい

1 ▶レジリエンスの基本を学び、自分自身のレジリエンスを高める。
2 ▶困難に強いチームの作り方を学ぶ。
3 ▶部下のレジリエンスを高める方法（仕事の与え方、接し方）を学ぶ。

●セミナープログラム

※録音・録画はご遠慮願います。

1 オリエンテーション　●講義　○ワーク
●研修の目的、本日のゴール
○ワーク「自分が研修に参加する目的」
○アイスブレイク

2 レジリエンスとは　●講義　○ワーク
○ワーク「自分が困難を乗り越えた経験」
●レジリエンスとは何か
●レジリエンスに必要な３つのこと
①柔軟性と楽観性を持つ　②自分を知る
③レジリエンス資源を蓄える、活用する
○ワーク「自分のレジリエンス」
●リーダーのレジリエントと組織のレジリエンスの関係性

3 チームのレジリエンスを高める　●講義　○ワーク
○ワーク「自分のチームのレジリエンスを振り返る」
●レジリエンスの高いチームの特徴とは
●強みにフォーカスし、活かす
○ワーク「チームの目標にどのようにチームの強みを活かすのか」
●サポート体制とチームワークの重要性
●レジリエンスの高いリーダーの特徴

4 レジリエンスの高い部下を育てる　●講義　○ワーク
●部下のレジリエンス資源を育てる
●自己効力感　「地に足の着いた自信を育てる」
○ワーク「自己効力感を高める接し方」
●強みを活かす、育てる
●仕事の与え方とレジリエンス
○ワーク「部下の強みと必要なチャレンジを考える」
●部下のポジティブ感情を高める
○ワーク「部下の感情を変える方法」

5 本日の学び ～レジリエンスリーダー～　●講義　○ワーク
○ワーク「これから実践すること」
●本日の学び
●質疑応答、エールと感謝

主催　中国銀行・岡山経済研究所

●講師略歴／　株式会社PHP研究所　講師　戸辺 美由起（とべ みゆき）氏

埼玉大学経済科学研究科博士課程を修了。ミシンメーカーのジューキ株式会社や外資系モーターのソムフィ株式会社で10年間勤務し、財務・人事マネージャー などを務める。その後、講師として独立。

ポジティブサイコロジースクール認定レジリエンス講師、レジリエンスコーチ、DiSCインストラクター、ICNLPNLPトレーナー、全米NLP協会認定トレーナーなど多数の資格を持つ。

【著書】『レッツ、ホスピタリティ!～心を伝えるコミュニケーション能力の磨き方～』（経済法令研究会）

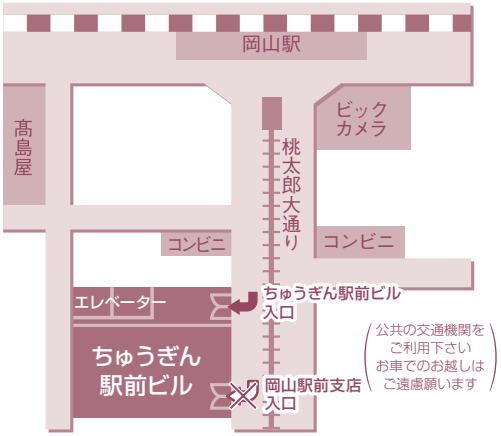
●受講料（テキスト代を含む）

会員区分	受講料
維　持　会　員	13,200円（税込）
賛　助　会　員	19,800円（税込）
会員でない方	39,600円（税込）

※昼食のご用意はしておりません。各自でお取りください。

<会員区分>
維持会員…年会費３万円お支払いの方
賛助会員…年会費１万円お支払いの方

会場案内　ちゅうぎん岡山駅前ビル 4F
岡山市北区本町2-5



●お申込手続き

※最小催行人数に満たない場合は開催を中止する場合がございます。

1．お申込方法　　**当研究所ホームページからお申込み下さい。**
（http://www.okayama-eri.or.jp/）

2．受講料のお支払い方法　**開催日の約２週間前をめどに、請求書、振込用紙をお送りいたします。**
開催日の前日までにお振込みください。（会場受講をご希望の方には受講票を同封します。）

3．受講のキャンセル　　**開催日の２営業日前の17時までにご連絡ください。入金済みの受講料を全額ご返金致します。**
その後のキャンセルについては、ご入金の有無にかかわらず受講料を申し受けます。ご了承ください。なお、ご都合により代理出席は差し支えありません。
※オンライン受講をご希望の場合は、資料発送後のキャンセルは受講料を申し受けます。ご了承ください。

ハイブリッド型セミナーのオンライン受講について

講師・事務局・受講者をパソコン・タブレットでつなぎ、会場受講者とともにリアルタイムで講義に参加します。WEB会議システム「Zoom」を利用します。

お申込みにあたり
●当研究所ホームページからお申込みの際、受講者メールアドレスの入力を必ずお願いします。
受講者メールアドレスへご案内（接続URL）をお送りいたします。
●インターネットが使用できる環境（インターネット環境、Zoomソフトダウンロード、カメラ、マイク、ヘッドセット等）が必要です。
<ネットワーク>通信速度30Mbpsを推奨　※公衆・フリー Wi-Fi、デザリングの利用は、接続が不安定になるため推奨しません。

お申し込みはホームページから！　詳細はこちら▶ 岡山経研セミナー 検索

お申込み問合せ先
一般財団法人　岡山経済研究所
〒700－0823 岡山市北区丸の内1丁目15－20　TEL：086－234－6534　FAX：086－231－5303
E-mail：ori@mxa.mesh.ne.jp　URL http://www.okayama-eri.or.jp/