

上長		

所属	
氏名	

年 月 日 ()

研修報告書

実施日	2026年10月7日(水)
実施場所	株式会社キャリアプランニング 岡山会場
セミナー名	～自身と組織のレジリエンスを強化する～ 公認心理師から学ぶレジリエンス強化研修 (セミナーID : 26142)
登壇講師	戸川 竜志
参加目的	

■ 今回のセミナーで実務に活かして欲しい学び

学んだこと	実務への活かし方
公認心理師からレジリエンスとストレスに関する最新知識を学び、自身の認知のクセを理解しリフレーミングすることで、ストレスに適切に対処する力を身に付ける。	
エゴグラムや大人の発達障害の知識、交流分析理論を用いて他者の言動パターンや個性を客観的に理解し、柔軟で効果的なコミュニケーションを図るスキルを習得する。	
事例検討ワークを通じて、部下のレジリエンスを引き出す指導計画を策定し、明日から実践できる具体的なアクションプランを設定する。	

■ 実践に向けた周囲へのお願い

--

■ 上司からのフィードバック

--