

★職場コミュニケーション活用研修

～心理的に安全な環境をつくる～

2026年1月22日(木) 10:00～17:00

申込締切: 2026年1月9日(金)まで

受講料金: 18,700円(税込)

講師紹介

株式会社 青森原燃テクノロジーセンター 講師
◆交流分析士インストラクター 築田 大徳 (予定)

【主な研修テーマ】

- ◆新入社員研修(フォローアップ研修含む)
- ◆若年層・中堅社員研修・主任を対象とした研修
- ◆プレゼンテーションセミナー
- ◆コミュニケーションセミナー
- ◆トレーナー研修,ティーチング研修 など

【実績および紹介】

若年層～中堅社員向けの研修を年間70件以上実施しております。

ビジネススキルだけでなく、仕事を進めるうえで必要な人格形成や信頼関係構築の大切さを受講者に寄り添いながら「楽しく・わかりやすく」提供しております。

- ・日本原燃(株)他 関連グループ企業
- ・小・中学校向けエネルギー講座 など

ねらい・講義内容

◆ねらい

「良い人間関係」について学ぶことで、これまでの抽象的なイメージから具体的なイメージを持ち、心理的安全な職場環境を作り方を構築するための知識を学んでいきます。

また、個性診断ツールを用いることで、自己と他者との個性の違いを理解し個性毎の上手なコミュニケーションの取り方についても学びます。

◆講義内容

- 1 良い人間関係とは
- 2 自己理解を深める(自己分析と他己分析)
- 3 個性診断(個性の違いを理解する)
- 4 コミュニケーション改善トレーニング
- 5 自身の課題発掘

※詳細は右記カリキュラムをご覧ください。

会場およびお問合せ

株式会社青森原燃テクノロジーセンター

〒039-2664
青森県上北郡東北町字乙供58番地

TEL 0175-63-4680(平日8:40 ～ 17:20)
FAX 0175-63-4681

【お申込方法】

- ◆ ホームページからのお申込み

<http://www.agtcinc.co.jp>

青森原燃

検索



カリキュラム	
時間	内 容
10:00	オープニング ①自己紹介 ②コンセンサス(合意形成)ゲーム 1. 良い人間関係作りに必要なこと ①良い人間関係ってどんな状態？ ②良い人間関係作りのポイント 2. 自己理解を深める 自己分析と他己分析 3. 自分と他人の個性の違いを理解する ①違いを感じてみよう ②本日活用している理論 ③個性の見方・解説・関わり方 ④各個性のその他特徴(参考) 4. 心理的安全な場づくりの練習 【トレーニング】リフレーミング&肯定的ストローク練習
17:00	5. 自分の課題発掘とアクションプランの策定 6. まとめ

おすすめの方

・職場のコミュニケーションにお悩みの方
 ・コミュニケーション力を高めたい方

受講者からの声

・ジョハリの窓やエゴグラムについて知識としてはあったが、実際に職場の人と照らし合わせたことはなく勉強になった。
 ・説明が分かりやすく退屈しない。資料も見やすく、具体例や補足説明も充分であった。
 ・チームや部署内のコミュニケーションに役立つ。
 ・個性の見方で自分自身の特性が言語化されており、自己分析ができて良かった。
 ・自分への理解が深まり、他の人のことも知ろうと思った。
 ・普段、仕事をしていても気づかないことがたくさんあり非常に役立った。
 ・エゴグラムを用いることで個人の特性を深く理解することができた。また上司やOJTの考え方を学ぶことで人間関係の構築に役立った。
 ・本研修で個々の適正を学んだことにより、双方の円滑なコミュニケーションに寄与できる。
 ・グループディスカッションが多く実施されていたため、色々な方の意見や悩みが聞けて、とても勉強になった。

