

“折れない心”  
の育て方

また失敗して  
しまった・・・。

# レジリエンス・ トレーニングセミナー NUCT版

研究が思うように  
進まない・・・。

「レジリエンス」とは逆境・困難にぶつかり落ち込んだ時に、素早く立ち直る能力です。セミナーでは「レジリエンス」を向上させる「スキル」を紹介します。ものの見方や習慣を見直すことでタフな自分を作る方法を身に付けましょう。

※ 昨年度と同様の内容ですが、順次新項目を追加予定です。

就話の面接が上手く  
できなかった・・・。

学生編

仕事先の人間  
関係に疲れた・・・。

教職員編

医学部編

- \* 対象： 名古屋大学の学生・教職員
- \* 講師： 近藤 竜彦（生命農学研究科 講師 / JPPA 認定レジリエンス・トレーナー）
- \* 講習： NUCT <https://ct.nagoya-u.ac.jp/portal>  
※ 名大 ID とパスワードが必要です
- \* 受講方法：1 NUCT へログイン後「メンバーシップ」をクリック  
2 「参加可能な講義サイト」をクリック  
3 検索窓に“折れない心”と入力  
4 “折れない心の育て方（レジリエンス・トレーニングセミナー）”  
の「参加」をクリック

