※受付・講演は終了しています

疲れた職場を活性化するにはどうすればよいのか――ヒントは「心理的リソース」にあった【㈱コーチェット 代表取締役 櫻本真理氏 登壇!】オンライン開催

『HR イブニングセッション』は、“次世代人事パーソン”を目指す皆さんに向けて労務行政研究所が提供する、各界の第一人者による講演イベントです！

日本経済の低迷、変化の激しい事業環境への対応、そして人手不足が続き、多くの職場で「閉塞感」や「疲弊感」が広がっているのではないでしょうか。実際、多くの従業員が強い不安やストレスを感じており（厚生労働省調査）、日本のエンゲージメントは低水準にある（ギャラップ社調査）ようです。また、現場をリードする管理職をめぐっては「罰ゲーム」「無理ゲー」などと問題視されており、**総じて、日本の職場は活力に乏しい状態に陥っている**と言えます。こうした中、職場の活性化に向けて、**働く人の心のエネルギーである「心理的リソース」という考え方が注目されています**。

そこで、今回の HR イブニングセッションでは、書籍『なぜ、あなたのチームは疲れているのか』（2025年、ダイヤモンド社）を上梓した、株式会社コーチェット代表取締役の櫻本氏をお招きし、**「心理的リソース」という考え方や職場の活性化にどのように取り組めば良いのかについて解説**いただきます。職場の活力について課題感をお持ちの経営者や人事担当者の皆様に是非ご参加いただきたいセッションです。なお、開催終了後、本セッションのお申込者を対象に「見逃し配信」を実施する予定です。

■こんな人におすすめ
・組織・人事領域の最先端を把握し、“将来を描ける”人事パーソンを目指す方
・理論的な裏付けを理解して、仕事の高度化を図りたい人事パーソン
・人事の枠を超え、ビジネスパーソンとして成長するため、視野を広げたい方

■講演概要

疲れた職場を活性化するにはどうすればよいのか

――ヒントは「心理的リソース」にあった

・「心理的リソース」とは何か、なぜ今重要なのか

・「サイパ（サイコロジカル・リソース・パフォーマンス）」とは

・職場で「心理的リソース」を増やすポイント

・会社の「心理的リソース」増強に向けて人事が取り組めること

※講演内容は、当日一部変更する場合がございます。

■講師

櫻本 真理（さくらもと まり）氏

株式会社コーチェット 代表取締役

※講師の詳しいプロフィールは本ページ下段にてご紹介しています。

■開催日時

2026 年 10 月 28 日（水）15:00～16:30

※質疑応答含む

■開催方式

Zoom ビデオウェビナーを使った WEB セミナー形式にて開催したします。

開催日の 1 営業日前に、Zoom 招待 URL のご案内を、Peatix のメッセージ機能にてお送りいたします。

開催日 1 営業日前および開催当日は Peatix のメッセージ受信箱をご確認ください。

なお、視聴のための URL や ID・パスワードなどは他者と共有しないようお願いいたします。当日、申込数を超えてログインしていることが分かった場合は、**ログインを解除するとともに参加費の追加請求を行いますので、ご注意ください。**

＜Peatix の退会に関するご注意事項＞

本イベント開催前に **Peatix を退会されると、上記「Zoom 招待 URL のご案内」が届かなくなり、ご参加できなくなります**ので、ご注意ください。また、**後述のキャンセル処理も一切できなくなりますので、ご承知おきください。**

＜Zoom に関するご注意事項＞

・Zoom のご利用環境は参加者ご自身で設定・確認ください。
・Zoom については、セキュリティの脆弱性に関する指摘がございますので、その点についてご理解いただいた上で、参加をお申し込みください。
・弊所は、Zoom のセキュリティの問題により発生した損害等につきましては、一切補償いたしませんので、ご了解のほど宜しくお願いします。
・映像、音声等が途切れた場合は、再接続をしてからの再開となります。
・接続が回復できない場合等、中止をする可能性があります。

■参加人数

100 名までとさせていただきます。
※弊所競合となるサービスをお持ちの企業様の参加をご遠慮いただく場合があります。
※弊所「個人情報保護に関する方針（プライバシーポリシー）」は　こちら
https://www.rosei.or.jp/privacy

■参加費：3,300 円（税込）

チケット申し込み受付は 10 月 27 日（火）10:00 に終了いたします。
なお、お支払方法は「クレジットカード払い」のみとなります。

＜キャンセルポリシー＞

・キャンセルにつきましては、**開催 3 営業日前の 10 月 23 日（金）までにご連絡ください。**なお、この場合、**キャンセル手数料は、お客様のご負担となります。**
・10 月 24 日（土）以降のキャンセルや当日のご欠席につきましては、返金いたしませんので、ご注意ください。

＜領収書について＞

Peatix 社の発行する領収データはインボイス制度に則ったものではありません。念のため、お知らせしておきます。
インボイス制度に則った領収書が必要な方は、お申し込み後、Peatix メッセージを使って、その旨弊所へご連絡ください。
なお、Peatix 社から弊社への入金が「イベント終了後」となるため、**上記領収書はイベント終了後 1 週間以内を目安に発行いたします。**予めご承知おきください。

■講師プロフィール

櫻本 真理（さくらもと まり）氏

株式会社コーチェット 代表取締役

京都大学教育学部を卒業後、モルガン・スタンレー証券、ゴールドマン・サックス証券（株式アナリスト）を経て、2010 年より複数のスタートアップの立ち上げを支援。2014 年にオンラインカウンセリングサービスを提供する株式会社 cotree、2020 年にリーダー育成/ピアコーチング事業を提供する株式会社コーチェットを設立。2022 年日経ウーマン・オブ・ザ・イヤー受賞。著書に『なぜ、あなたのチームは疲れているのか？ 職場の「心理的リソース」を回復させるリーダーの思考法』（2025 年、ダイヤモンド社）がある。

【ご連絡・お問い合わせ先】

一般財団法人労務行政研究所
HR イブニングセッション事務局
hreve_session［at］rosei.or.jp
※［at］を@に変更の上、ご連絡ください。