

自己成長でリーダーシップを発揮する！



# 女性リーダーのための キャリアデザイン講座

## ■ 対象

- 女性のリーダー、リーダー候補の方
- 女性で後輩指導をされている方

## ■ 特長

- 女性限定ということで、オープンに悩みや課題を話し合いながら、リーダーシップ開発と自己成長に向き合ってください。
- 交流分析理論に基づいた性格検査である、東大式エゴグラム「新版 TEG® 3」の回答することで、性格特性と行動パターンを把握していただけます。  
※開催 1 週間ほど前に参加者のご登録メールアドレスに検査方法の案内をお送りします。(検査費用は参加料に含まれます)
- 事前課題として「キャリアチャート」を記入していた抱くことで、自己理解をより深め、今後のキャリア戦略の検討にお役立ていただけます。
- 主体的なキャリア形成支援を専門とする講師が、参加者のキャリア自律を促し、成長 意欲向上と行動につなげます。

## ■ セミナーのねらい

ビジネス環境のデジタル化が進み、テレワークを中心とした働き方改革が加速すると、多様な人材が個性を発揮して活躍するダイバーシティ経営の重要性が増していきます。とりわけ、女性社員が持つポテンシャルを最大限に引き出し、リーダーシップを発揮してイキイキと活躍してもらえるかどうかは、企業の人事戦略上も欠かせない視点でしょう。

本セミナーでは、女性社員自身が中長期的な視点を持って自らのキャリアビジョンを明確にし、職場において更なる活躍や貢献のために成長しようという意欲と行動を促進します。

女性ばかりの和やかな雰囲気の中でオープンに悩みや課題を話し合い、爽やかな刺激を受けて成長する貴重な機会です。

## ■ 開催日時

2025年 6月18日(水) 2025年 9月17日(水)  
2025年 12月15日(月) 2026年 3月11日(水)

[時間] 10:00 ~ 17:00

## ■ 形 式 Zoom によるオンラインセミナー

## ■ 講 師 (敬称略)

千葉 裕子 株式会社マイキャリア 代表取締役

大手専門商社の事務職を経て、西日本エリア初の女性営業(総合職)に抜擢されて活躍。海外勤務や語学学校でのマネジメント職、大手通信会社の幹部秘書等のビジネス経験を経て、2009年にマイキャリアを設立。これまで6千人以上の個別カウンセリング、2万人以上にキャリアデザイン研修を行ってきた実績を持つ。行動科学と実践に裏付けられたワークショップ形式のプログラムは、「結果につながる」「人生が変わった」とファンが多い。

現在は、逆境や変化の中でキャリアに悩む人々が自己成長に向き合い、個人と組織より良い関係性を築くキャリア自律の促進をビジョンに掲げ、キャリア、リーダーシップ、組織開発の戦略コンサルティング、講師業の他、後進の育成、コミュニティ運営等に積極的に活動している。

- 参加料 (税込)
- 法人会員…55,000 円/1名
  - 会 員 外…66,000 円/1名

## ■ プログラム 10:00~17:00 (昼食時間 12:00~13:00)

### 1. 将来を展望し、自らの力で切り拓くキャリアデザイン

- (1) 変化の激しい時代だからこそ女性活躍の機会が増える
- (2) リーダーシップ開発は自己成長と向き合うことから始まる
- (3) 主体的なキャリア形成の2つの鍵~プロティアン・キャリア~
- (4) 自分らしさ (アイデンティティ) を明確にする
  - ①キャリアチャート ~入社してからの経験と実績の振り返り~
  - ②エゴグラム TEGⅢ ~性格特性を理解して活かす~

### 2. 自分の仕事と人生に戦略を持つ

- (1) キャリアデザインにおける“戦略的思考”とは
- (2) 自己成長のためのキャリア戦略を考える
  - Why 何のためにやるのか? (目的意識)
  - What 何に取り組むのか? (課題設定)
  - Who 誰と知り合うか? (人脈形成)
  - How どのように行動を起こすか? (行動習慣)

### 3. 私らしく働くためのしなやかなメンタルの鍛え方

- (1) がんばる女リーダーが陥りがちな3つの罠
- (2) 成長型マインドセットを持つ~未来志向と解決志向~
- (3) ケーススタディ ~こんなときどう考える? どう動く?~

### 4. リーダーシップの発揮に欠かせない 1on1 面談スキル

- (1) 管理によるマネジメントから支援による個の成長支援へ
- (2) 人を育てられるリーダー 10つのポイント
- (3) 面談の進め方と傾聴・質問のスキル
- (4) ロールプレイ演習 ~お互いのキャリアを支援する~

### 5. 仕事はもっとおもしろくなる!

- (1) キャリア戦略シート作成と目標宣言

※内容は、変更される場合があります。あらかじめご了承ください。

