

キャリア戦略を考え、持続的に活躍するために

自律型人材になる!

キャリアデザイン実践セミナー

参加対象

若手・中堅社員の方(20歳代～30歳代)

特長

- 今求められる自律型人材になるために、中長期的に自らのキャリア戦略を考えていただきます。
- 実践的ワークを通して、変化適応力を鍛え、主体的に組織に貢献するマインドと方法を身につけます。
- 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、成長意欲と行動につなげます。

ねらい

変化の激しい不確実な時代にパワフルにビジネスを牽引できる次世代リーダーを育成したいと願っている企業は多いと思います。そのためには、若手のうちから言われたことだけをこなす指示待ち人材ではなく、自ら率先して変化を起こし、周囲を巻き込んで動かす自律型人材を育てる戦略的な教育が欠かせません。

本セミナーでは、人生100年時代を見据えて中長期的に自らのキャリア形成を考え、主体的に組織に貢献するマインドと方法をワークを中心に指導します。

同年代の他社メンバーとのディスカッションで爽やかな刺激を受けて、自己成長と真剣に向き合う機会です。

プログラム

10:00～17:00<昼食時間 12:00～13:00>

1. 環境変化を真正面から受け止めて波に乗ろう!

- (1) いま、なぜ自律型人材が求められているのか?
- (2) 私たちを取り巻くビジネス環境の変化を洞察する
- (3) 変化を味方につけて結果を出す人の3つの習慣
 - ①成長することに集中する
 - ②現実的なポジティブ思考を持つ
 - ③戦略的に目標を設定し、行動を起こす
- (4) あなたの自律型人材度チェック

2. 自律型人材になるための実践的ワーク ～プロティアン・キャリアより～

- (1) 自分らしさを磨く
 - ①自分らしさの構成要素を洗い出すワーク
 - ②自分の可能性を上げよう
 - ③自分らしさを発信してキャリア機会をつかみ取ろう
- (2) 変化適応力を磨くワーク
 - ①次々と新しい仕事や働き方にチャレンジしよう
 - ②変化適応力を無理なく鍛える3つの方法

3. 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)

4. 自らの生き方、働き方を 戦略を持って実行する

- (1) 楽しみながら挑戦し、人生を豊かにするための5ヶ条
- (2) まず決めて動きながら磨く!
キャリア戦略プランニング



※プログラム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。

開催日時

2026年10月27日(火)

2027年2月4日(木)

[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精力的に活動している。

参加料

(税込)

●法人会員…60,500円/1名

●会員外…71,500円/1名

