

人生100年の時代となり、長期化する仕事人生を歩む中で誰もがキャリアの危機に陥る時期があります。特に40代から50代にかけては、組織との葛藤、将来への不安、体力の衰え、介護による環境の変化など、さまざまな要因から自身の生き方に迷いが生じ、キャリアの価値観を自ら損なってしまう場面に遭遇します。

私自身も、ただ真面目に一生懸命働いていれば、人生は右肩上がりに上昇し幸せな未来が待っていると信じて生きてきました。しかしながら40代後半から50代に突入した時に、想定すらできていなかった変化に遭遇し、これまで積みあげてきたキャリアを失う事態に直面しました。そして、それから5年間かけて何とか建て直せたと安心したのも束の間、今度はキャリアの先行きに陰りが見え隠れする不安な状態に陥りました。自分の未来を創り出すのは自分自身である以上、このような状態に陥ったのは自分自身の責任です。そこから深く内省する日々が続きました。

本研修は、男性・女性問わず、今後の人生の過ごし方や目標について思い悩んでいる方に、ぜひ受けていただきたい研修です。自分自身と深く向き合うことで、ただ漠然と働くのではなく、新たな自己実現に向け主体的に取り組むきっかけを掴んでいただけます。また、社外の方々と関わることでお互いに刺激し合い、これまでと異なる視点や新たな気づきを得ていただくことが期待できます。

## プログラム

### 1. キャリアクライシス(危機)の乗り越え方

- ・自分の人生を鏡に映す(現在、過去、未来からみた自分)
- ・変化、変革を前にしての3つの選択
- ・役職定年、不本意な人事異動を受けての3つの選択
- ・逃げられないキャリアの正念場での3つの選択
- ・幸せなキャリアのための10大ポイント

\*キャリアブレイクスルーチェック

### 2.モチベーションの源泉となる「心のエンジン」を知る

- ・モチベーションの源泉を知る
- ・自分の「心のエンジン」探し
- ・自分と他者の持つ「心のエンジン」の違いを理解
- ・「心のエンジン」のかけ方のポイント

\*UH価値観カード

### 3.心のプロセス

- ・変化に対する8段階の心のプロセスを理解
- ・自分の心のプロセスの進め方
- ・他者の心のプロセスの関わり方
- ・心の状態に気づき、前に進むには

\*変化適応診断

## ポイント

- ✓ 私自身がキャリアクライシス(危機)を七転八倒して乗り越えてきた実体験がベースとなっています。
- ✓ 自分のキャリアの節目としっかりと向き合い、自主的にキャリアビジョンを再構築していくことを応援します。
- ✓ 参加者同志が本音で意見交換できる機会を設け、気づきの幅を広げると共に、お互いを励まし合えるような、信頼関係づくりを促します。

## 開催概要

2018年 9月7日(金)

※申込締切 8月31日(金)

時間	9:30～17:30 (開場 9:15)	
対象	人事・人材開発担当者、40代、50代キャリア節目の方	
定員	20名(最少催行人数: 10名)	
会場	大崎駅または新橋駅近隣会議室	
受講料	D&研究会	一般
	1名	25,000円 28,000円
	2名	22,000円 25,000円

※ランチ付き

## 講師プロフィール

山岡 正子 キャリアコンサルタント

1961年生まれ。20代の頃はプログラマ、PCインストラクターとして働き続けながら、結婚、出産、育児に奮闘してきた元祖ワーキングマザー。2度目の離婚をきっかけに一家の柱になるべく35歳でIT系ベンチャー企業に転職。営業部長、マーケティング部長を経て40歳で取締役へ就任しJASDAQ上場を経験。その後、経営企画室、人事部長に就任するも役職定年の処遇をきっかけに50歳で退職。人材開発業界に転身し、キャリアコンサルタント、研修講師としてセカンドキャリアをスタート。同じ時期に高齢となり自宅介護が必要になった父は他界し、一人娘は独立。現在は、80代の母を支え、支えられながらの日々。生涯現役でイキイキ働き続ける社会、組織作りを個人のキャリア支援を中心に展開中。



## お申し込み方法

※定員になり次第締め切りとなりますので、お申し込みはお早めに!

- 事務局あてに、以下の内容をメールでご連絡ください  
会社名、部署名、氏名、電話番号、Eメールアドレス、参加人数、参加者名、懇親会出席、請求書宛
- お申し込みの流れ [お申し込み] → [請求書発行] → [お振込み] → [受講票発行] **申込み完了**  
※最少催行人数に達した時点で請求書を発行いたします ※領収書は、当日お渡しいたします
- お問い合わせは、メールにてお願いいたします。

植田道場事務局(担当:臼井) E-mail: uedadojyo@que.co.jp