



大阪開催
S234



オンライン開催
S235

変化の時代にやり抜く力を身につける!

オンラインLIVEセミナー同時開催

若手・中堅社員 自律型人材変革セミナー

—— 実践的なワークと戦略的キャリアプランニングで、自己成長を後押しします ——

●セミナーのねらい

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。

このセミナーでは自律型人材を育てる最新知見であるプロティアン・キャリア理論をベースに、次々と起こる新たな問題に対して「自ら目標を設定し、やり抜く力」を身につけるマインドとスキルをご指導します。

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にしましょう。

●対象者

若手社員・中堅社員の皆さま

講師

株式会社マイキャリア 代表取締役
1級キャリアコンサルティング技能士

ちば ゆう こ
千葉 裕子 氏



専門商社の営業事務(一般職)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。秘書や管理職等の豊富なビジネス経験を持つ。自らが先例のないキャリアを切り拓いてきた実体験から、逆境や変化を前向きに捉えて自ら成長し、主体的に組織に貢献する自律した人材開発をビジョンに掲げ、2010年にマイキャリアを設立。現在は、キャリアデザイン、リーダーシップ開発、組織開発を中心に精力的に企業研修・コンサルティングを行っている。理論と実績に裏付けられたプログラムと参加者一人ひとりの個別の課題に寄り添う研修は「結果につながる」「人生が変わった」とファンが多い。

開催日時	2026年8月25日(火) 10:00am~5:00pm	
会場	ハービスOSAKAオフィスタワー 19F	オンライン会議システムZoom
定員	50名	50名
	※参加者が少人数の場合等、中止または延期することもございますので、ご了承ください。	
受講料	SQUET特別会員：34,100円	
	SQUET一般会員：37,400円	
	会員以外：42,900円	
	※テキスト代 消費税等を含みます。	

●カリキュラム

※録音・録画はご遠慮願います。受講時にはご自身のカメラをONにしてご受講ください。

1. 環境変化を読んで上手に波に乗れる人の特徴

- 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 **グループワーク**
- 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 **グループワーク**

2. 仕事をやり抜く自律型人材になるための2つの鍵 ～プロティアン・キャリア理論より～

- 1) 自分軸を持つ
 - ① 自分らしさを言語化する(強み・価値観・動機)
 - ② 自分らしさ発信してキャリア機会をつかみ取る **グループワーク**
～セルフブランディング～
- 2) 変化適応力を磨く
 - 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. ビジネス基礎カトレーニング① 考える力

- 1) 現実的なポジティブ思考を実現するクリティカルシンキング
- 2) 目的を捉えて目標を定めるスキル
- 3) 現状を正しく把握するスキル
- 4) 創造性のあるアイデアを生み出すスキル
- 5) 優先順位を決めて計画を策定するスキル
- 6) 問題解決ケーススタディ **グループワーク**

4. ビジネス基礎カトレーニング② 伝える力

- 1) 人間心理のメカニズムを知る ～正論では人は動かない～
- 2) 反対意見を想定し、障害への対処を考える
- 3) 相手本意に切り替えて伝える2つのポイント
- 4) 情報を整理してわかりやすく伝えるスキル **グループワーク**
- 5) ビジネス力もキャリアも関係性の中で成長する

5. 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!
キャリア戦略の策定 **グループワーク**

※プログラムの詳細は変更となる場合がございますので、ご了承ください。

お申込み方法	STEP1	STEP2	STEP3	STEP4
	MUFGビジネスセミナーのWebサイトにアクセス MUFGビジネスセミナー 検索	受講を希望するセミナーの申込フォームへ入力	入力内容の確認と送信	会場 マイページから受講証をダウンロード オンライン 開催の3営業日前(土/日/祝日を除く)にご案内メールをお送りします。 ※いずれの場合も請求書は発行いたします。

受講料のお支払い方法

- ① 銀行振込の場合…請求書に記載されている期日までにお振込みください。振込手数料は御社でご負担ください。
 - ② SQUET-DC法人ゴールドカードの場合…カードご精算日にご指定の口座より引き落としとなります。
 - ③ 三菱UFJ銀行「口座振替」…当社指定日にご登録された口座より引き落としとなります。
- ※なお、いずれも領収証は発行いたしません。

受講キャンセル

【来場形式の場合】セミナー開催の前営業日(土/日/祝日を除く)17:00まで
【オンラインLIVEの場合】セミナー開催の前営業日(土/日/祝日を除く)17:00まで
入金済みの受講料を全額ご返金いたします。それ以降のキャンセルについては、ご入金の有無にかかわらず受講料を申し受けます。なお、他のセミナーへのお振り替えもいたしかねますのでご了承ください。ただし、代理の方にご出席いただくことは可能です。

* 反社会的勢力と判明した場合には、セミナーへのご出席をお断りいたします。 * 諸事情を考慮の上、セミナーへのご出席をお断りさせていただく場合がございます。

お申込・照会先 三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社 MUFGビジネスセミナー事務局
〒530-8213 大阪市北区梅田2-5-25 ハービスOSAKAオフィスタワー19F TEL (06) 7637-1410 e-mail:seminar-o@murc.jp