

「限界」はあなたが決めているだけかも!?

新企画

自身の強さの源泉を知る! 中堅社員セミナー

— 粘り強く乗り越えられる人財になるために —

●セミナーのねらい

不確実かつ不安定な時代の中で、環境によらず自律的に活動できる人財の必要性は高まっています。

特に中堅社員クラスは職場の屋台骨として、粘り強く前向きな影響力を発揮することが組織活性化にも欠かせません。

本セミナーでは、様々なワークを通じて自身の強みやモチベーションの源泉を知ること、ブレない自身の羅針盤を見つけていただきます。

本セミナー受講のゴール

- 自身の強みやモチベーションの源泉を知り、どのような環境でもブレずに向き合える人財となること
- 現在の環境との向き合い方を見直し、粘り強く前に進む具体策を見出すこと

●対象者

若手・中堅社員の皆さま

困難な場面でも、心折れずに乗り切る力を身につけたい皆さま

講師

三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社
コンサルティング事業本部
組織人事ビジネスユニット HR第4部 コンサルタント

福田 潤也



法政大学大学院人間社会研究科卒業。精神科クリニック、外部EAP機関を経て、三菱UFJリサーチ&コンサルティングに入社。「個の幸福実現と組織の活性化の両立」をテーマに、自律型人材育成支援、キャリア開発体系整備支援、組織風土改革支援(DE&I推進、心理的安全性醸成)、階層別・テーマ別(若手・リーダー研修)問題解決研修「目標設定研修」「セルフケア・ラインケア研修」「ハラスメント研修」の実施など、人と組織の課題に幅広く取り組む。

開催日時 2026年11月13日(金) 10:00am~5:00pm

会場 オランダヒルズ森タワー24階

定員 42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

※テキスト代
消費税を含みます。

会員以外: 42,900円

●カリキュラム

◎筆記具をお持ちください。 ◎録音、録画はご遠慮願います。

1. 粘り強く乗り越えることの意義とその効果

- 世の潮流と自律型人材の必要性
- 粘り強さとは、
そのメリットを考える **個人・グループワーク**
- 現在の環境を振り返る **個人・グループワーク**

2. 困難な状況に直面した時の自分を知る

- ストレスマネジメントの考え方
- 困難な状況での自身の反応を
振り返る **個人・グループワーク**
- 逆境に立たされた時に
どんな自分でありたいか? **個人・グループワーク**

3. 俯瞰した視点を養うためのバイアスへの対処法

- バイアスとは?
- 自身のバイアス度チェック **個人・グループワーク**
- バイアスへの対策を知る **個人・グループワーク**

4. 自己理解を深め、自身の強さの源泉を知る

- 強みを理解することの必要性
- 自身の強みを言語化する **個人・グループワーク**
- 自身のありたい姿を言語化する **個人・グループワーク**
- ありたい姿の実現に、
自身の強みを活かす **個人・グループワーク**

5. モチベーションを保つためのキャリアプランとは

- 自身のあり方と、現環境に求められることを
統合する **個人・グループワーク**
- モチベーションが維持される
現実的なプランとは **個人・グループワーク**
- 今後の人生設計について **個人・グループワーク**
- まとめと講座を通じて理解できた
自身の言語化 **個人・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

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

STEP2

受講を希望するセミナーの
申込フォームへ入力

STEP3

入力内容の確認と送信

STEP4

マイページから受講証をダウンロード

*請求書は送付いたします。

受講料のお支払い方法

- 銀行振込の場合…開催日の2営業日前(土/日/祝日を除く)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。
- 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。
- 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

開催日の前日(土/日/祝日を除く)17:00までにEメールにてご連絡ください。
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
〒105-8501 東京都港区虎ノ門5-11-2 オランダヒルズ森タワー24F TEL (03) 6733-1059 e-mail:seminar-t@murc.jp