

# 4時間で気づく 4時間で変わる キャリア開発 基礎講座

参加無料

前・後期2回コース

こんな方にお勧めの講座です。

- 社員研修を受ける機会の少ない企業等の従業員の方
- 入社して1~3年目の方
- これから業務の中心となって活躍する方
- 自ら考え動ける「自立創造型社員」を目指す方

人は他人には変えられない。自分を動かすのは自分のみ。

### 前期

今までの職務を振り返り、頭の中を整理します。自分自身の行動特性や強み、弱みを考え、時にはグループディスカッションを通して色々な人のアイデアや知恵を頂き、自分自身への気付きを深めます。その上で、「はじめの一步」、まずやるべきことを決めます。

### インターバル

インターバルでは前期で決めた「はじめの一步」に取り組みます。キャリア開発のための第一歩です。0と1は、1と100よりも遠いといわれます。100をいきなり目指すのではなく、まずは1を目指します。

### 後期

インターバルでの成功体験を、グループディスカッションを通して共有します。うまくいった、うまくいかなかった、自分の言葉で語り合います。その中で、自分自身のあるべき姿、すすむべき方向を考えます。理想像をイメージしながら、実践できる、実践したいと思える行動計画を策定します。(その後の行動計画の実践については、ご要望に応じてメール、電話でサポートします。)

第1回 9月 前期 6日 火  
後期 14日 水  
四万十市立文化センター

第2回 9月 前期 8日 木  
後期 16日 金  
高知県立地域職業訓練センター

第3回 11月 前期 7日 月  
後期 14日 月  
高知県立地域職業訓練センター

第4回 1月 前期 19日 木  
後期 26日 木  
高知県立地域職業訓練センター

時間 13:00~17:00

対象 県内企業及び団体の従業員

申込期間 各会場1週間前まで

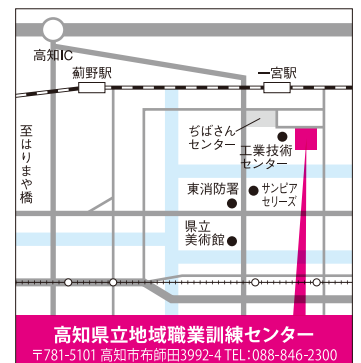
募集人数 各会場30名 ※応募状況により参加者人数を調整させていただきます。ご了承ください。

■お申し込み・お問い合わせは

アビリティセンター株式会社 高知オフィス

〒780-0870 高知市本町4丁目1-24 高知電気ビル第2別館6F

TEL.088-872-1202 FAX.088-822-0210 (担当/三宮・池)



下記の用紙に記入の上、FAXでお申し込み下さい。

主催 高知県商工労働部 雇用労働政策課 <http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/151301/>

「人材育成研修事業事務局」宛

FAX 088-822-0210

「キャリア開発基礎講座」に、下記のとおり参加を申し込みます。

年 月 日

フリガナ		業種		申込日程	第1回 第2回	第3回 第4回
企業名		電話				
ご担当者						
参加者	役職・所属	氏名				
	役職・所属	氏名				
	役職・所属	氏名				
	役職・所属	氏名				

※ご記入いただいた内容等は当事業の運営のみに利用し、第三者に開示することはありません。