

2024年度 後期 「しののめプラス」(社会人講座) 【講座概要】

【8/7 現在】

番号	昼・夜		夜	新規	○	悠々大 学 登 録	有	○
	分野		ビジネススキル	継続			無	
講 座 名		事務職のための強み発見&キャリアプランニング講座						
講 師 (所属等)		遠山敦子(現代ビジネス学科)						
講 座 概 要		事務職のみなさん、キャリア形成や目標設定に悩んでいませんか? デジタル化や環境変化に戸惑っていませんか? ご自身の強みを見つけ、未来のキャリアを一緒に考えましょう。						
回数	月 / 日	曜日	内 容					
1	10/10	木	事務職の「キャリア」とは? ~求められるスキル、伸ばすべきスキルを考える					
2	10/24	木	自己理解①~キャリアの棚卸し					
3	11/7	木	自己理解②~強みの見つけ方					
4	11/21	木	これからの社会を考える~環境変化の中で求められること					
5	12/19	木	キャリアプランニング~未来のキャリアを考える					
6	別途		期間中に1人1回60分のキャリアコンサルティング面談を実施します					
7								
8			※講座は対面&オンライン(Zoom)のハイブリッド開講です。					
9			※オンライン参加者は、原則カメラONでの参加をお願いします。(PC接続推奨)					
10			※キャリアコンサルティングは講座開始後に受講者と日程調整いたします。					
11								
12								
13								
14								
15								
時 間		19:00~20:30						
教 室		A館3階 A-3-1						
受 講 料		7,200円						
テ キ ス ト		なし(必要に応じて配布します)						
諸 費 用 等		なし						
定 員		5名以上						

開講する講座と「東雲力」との対応表			
東雲力	4つの力	項 目	2項目に○を記入
	東雲力	自ら考える力	必要に応じて適切な方法を選択して情報を収集することができる
客観的に情報をとらえ分析し、問題の本質を見極めることができる			○
自己を取り巻く環境や社会の問題に関して疑問をもち、問題の原因や本質を探究することができる			
挑む力		他者と自己の違いを認め、自己の強みを認識することができる	
		「やればできる」という思いで、新たな試みにもチャレンジすることができる	○
		目標達成に向けて、自分の意思や判断において自ら進んで行動することができる	
つながる力		多様な価値観を受け入れ、相手の状況や気持ちに配慮することができる	
		自らの意見をわかりやすく相手に伝え、目標達成に向けて人を巻き込むことができる	
		自分や他者の役割を理解し、目標達成に向けてお互いに連携・協力して物事を進めることができる	
やり遂げる力		一度決めたことは、困難や障害があってもあきらめずにやり遂げることができる	
		状況を見ながら、計画や行動を柔軟に変更することができる	
		自分にあったストレス処理の方法を知り、対処することができる	
		ストレスやプレッシャーがかかるような状況でも、自分でその要因に働きかけ軽減することができる	