

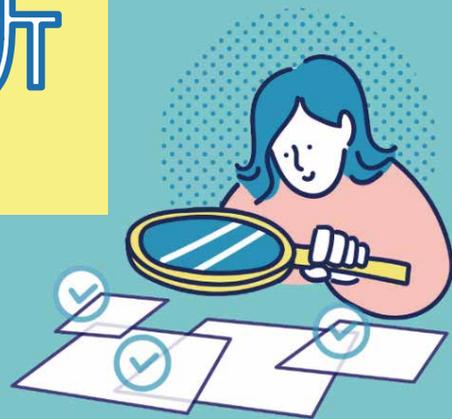
転職や復職を考えはじめた方必見！もう悩まない！

ゼロから始める自己分析

～自分の知り方・見つけ方教えます～

こんな方に
オススメ！

- ✓ 転職を考えはじめた若手～中堅社員
- ✓ 育児や介護休暇後の職場復帰に悩む方
- ✓ 今後のキャリアに漠然とした不安を感じている方



2/15 土 10:00

2025 ~16:00

プログラムは3部構成です。詳細は裏面をご覧ください。

会場 神戸学院大学 ポートアイランド第1キャンパス
D号館3階 アクティブスタジオ

定員 20名 ※定員に達し次第締め切ります。

講師紹介

神戸学院大学
全学教育推進機構
特任講師（キャリア教育担当）

上田 浩樹 氏



新卒で広告会社に入社し営業職に従事。2011年に株式会社リクルートへ転職し、就職情報サイトの活用促進に携わる。2015年にフリーランスとして独立後、主に高校生や大学生、新入社員のライフ・キャリア支援に携わってきた。2019年より現職。パラレルキャリア。実験のためホームレス生活期間あり。

本講座の特長

この講座では、様々なワークを用いて、**漠然とした考えを整理する方法を解説**します。1日をかけて自分自身とじっくり向き合うことで、**仕事・やりたいことを選ぶ軸となる価値観やご自身でも気づいていない強みを分析**。そうすることで将来の目標や理想の働き方・暮らし方が見わかります。また、就職活動時の自己PRや志望動機の説得力も高まるはず。皆さんの可能性を最大化させ、次のステップに進むきっかけをつかむことを後押しします。

受講特典

POINT
1

本学のキャリア教育を担当する講師が丁寧に解説・サポート！

小人数制の講座だからこそできる手厚いサポート

POINT
2

通常の**30%割引**で受講できる資格講座をご案内！

本学と提携するLEC神戸本校で開講の**100種類**以上の講座が特別価格で受講可能

POINT
3

科目等履修生制度などの**受講後の学びに役立つコンテンツ**をご紹介します！

本学図書館の無償利用や行政機関が実施するセミナーに関する情報もご紹介



プログラムの詳細や申込方法は裏面をご覧ください→

プログラム

第1部

10:00～12:00

これまでの自分を
振り返ろう

- これまでのキャリアを振り返り、どんな経験をして何ができるようになったのかを言語化する。
- ワークをとおして自身の価値観や興味、強みを理解する
- ものの捉え方を見直し、ありのままの自分を受け入れる。

第2部

13:00～14:30

理想と現状の
ギャップを知ろう

- 大切にしたい価値観をもとに、暮らしと仕事の両面から理想の姿をイメージする。
- 理想と現状のギャップを理解するとともに、“今の時点でできること”と照らしながら自身に足りない要素を整理する。

第3部

14:30～16:00

具体的なアクション
プランを立ててみよう

- 理想に近づくための手段（継続して取り組むことや新たに獲得すべき能力など）や方策を考える。
- いつまでに何を達成するのかを書き出し、明日からでも実践的に取り組める具体的なアクションプランを作成する。

申込方法

Webフォームよりお申込みください

【リンク先】

<https://forms.office.com/r/zXBqAx5HKu>



※定員は20名です。

※受付は先着順で、定員に達し次第締め切ります。

※二次元コードおよびリンク先の読み取りができない方は下記までご連絡ください。

申込締切 2025 2/9 日

備考

- 1 申込受付完了のお知らせは、申込フォームにご入力いただいたメールアドレス宛にお送りします。フォームには返信可能なメールアドレスをご記入ください。
- 2 申込者数によっては、プログラムを中止する可能性があります。
- 3 学内の駐車場はご利用いただけませんので、公共交通機関でお越しください。
- 4 プログラムの構成上、第1部～第3部のプログラムすべてにご参加ください。

会場への交通アクセス

神戸学院大学 ポートアイランド第1キャンパス D号館3階 アクティブスタジオ

〒650-8586 神戸市中央区港島1-1-3

■ 神戸新交通ポートライナーでお越しの方
ポートライナー「三宮駅」より「みなとじま（キャンパス前）駅」で下車、西へ徒歩約6分

■ 三ノ宮駅から直通バスでお越しの方
「三宮駅前・キャンパス線」のりばから「ポーアイキャンパス行」に乗車し、約14分

※直通バスの時刻表は、本学Webサイトよりご確認ください。

<https://www.kobegakuin.ac.jp/access/portisland.html>

神戸学院大学HP ▶ ポートアイランドキャンパス
▶ 交通アクセス ▶ 直通バス時刻表 ▶ 三宮～ポーアイキャンパス時刻表



交通アクセスはこちら ▶

