

# 【オンライン】キャリアの”未来”を描ける職場をつくる

「オンライン（Zoom）」開催研修です。

参加者が「キャリア支援者」としての自覚を持ち、1on1の場での関係構築力が向上します。  
メンバーが自分のキャリアを自分の言葉で語れるようになり、“キャリアの主体性”が芽生えます。  
組織として、未来志向のキャリア対話が文化として根づく第一歩となります。  
1on1が評価面談から脱却し、成長と信頼を育てる場へと変化します。



◎この研修は、全国オンライン共同開催です。

| コース詳細   |   |
|---------|---|
| 研修講座コード | XS262   |
| 受講料     | ¥ 40,700  |
| 開催予定    | 2日間（8時間）<br>2026-12-15(火) ～ 2026-12-16(水)   |
| 開講時間    | 13:00～17:00   |
| 前提知識    | 特になし  |
| 対象者     | 管理職・リーダー・メンターなど、部下やメンバーとの1on1面談を担う立場の方<br>キャリア支援や育成面談の質を高めたい方<br>自律的キャリア形成を促す組織文化づくりに関心のある方   |
| 到達目標    | 1on1の目的と意義を理解し、単なる「面談」ではなく、キャリアを共に描く対話として捉えられるようになる<br>傾聴・質問・フィードバックのスキルを実践的に体得し、相手の内省と行動変容を引き出せるようになる<br>メンバー一人ひとりのキャリアビジョンや価値観を引き出す問いかけができるようになる<br>継続的な1on1を通して、心理的安全性のある職場づくりの基礎を築けるようになる |
| 講師      | セイ・コンサルティング・グループ(株) 田渕真理子   |
| 備考      | こちらのコースはオンライン（Zoom）開催研修です。<br><a href="#">オンライン研修の受講方法について</a>  |

## 研修内容

### <1日目>

#### ◎.オリエンテーション

- ・研修の目的とゴール共有
- ・lon1の現状共有ミニワーク:講義＋グループ対話
- 1.キャリア支援型lon1の考え方
  - ・「評価」ではなく「対話」
  - ・心理的安全性とは何か:講義＋ペアディスカッション
- 2.信頼関係を築くコミュニケーション
  - ・聴く力（傾聴・受容・共感）
  - ・心を開く質問と閉ざす質問:ロールプレイ＋解説
- 3.「問い」で引き出すlon1演習①
  - ・キャリア観を引き出す質問づくり
  - ・「過去→現在→未来」のストーリーを聴く:ワーク＋ペア実践
- 4.実践ロールプレイ
  - ・lon1（15分）→フィードバック→役割交代
  - ・ふり返り：「自分の関わりのクセを知る」:ロールプレイ＋グループ共有
- ◎まとめ・次回への課題設定
  - ・lon1記録シートを使った実践課題説明：まとめ＋課題説明

### <2日目>

#### ◎前回の振り返り・実践報告共有 グループ対話

- 5.キャリアの“未来”を描く支援
  - ・キャリアの3軸（仕事観・強み・方向性）
  - ・支援者としての関わり方:講義＋ワーク
- 6.問いをデザインする
  - ・未来志向の質問例を考える
  - ・キャリアの節目に必要な対話テーマ:ワーク＋共有
- 7.実践ロールプレイ②：未来を描くlon1
  - ・「ありたい姿」や「次の一歩」を引き出す
  - ・行動支援のためのフィードバック:ロールプレイ＋講師フィードバック
- 8.職場での定着化に向けて
  - ・lon1を続ける仕組みづくり
  - ・組織文化として根づかせるための工夫:グループ討議＋発表
- ◎まとめと行動宣言
  - ・“キャリアを描ける職場”に向けた宣言作成
  - ・振り返り・クロージング

## お問い合わせ先

(株)北海道ソフトウェア技術開発機構 事業部研修課

営業時間: 平日 9:00～17:00

お問合せ: <https://www.deos.co.jp/contact>

電話：（０１１）８１６－９７００