

# キャリア・ワークショップ II

～豊かな人間関係を築きライフキャリアの充実を～

職場、家族、地域などでの人とのつながりをよりよいものにしてライフキャリアを充実させるワークショップです。紙粘土を使ってワークを行い普段は気づかない自分の気持ちにもアプローチします。グループワークなどを通じて新たな視点や知恵を得ることができます。

- ・人間関係の悩みを解消したい方
- ・自分が置かれている環境を見つめ直したい方
- ・人とのネットワークを豊かな生活につなげたい方 など、

年代、職業の種類や有無に関わらず幅広い方のご参加をお待ちしています。様々な視点で視野を広げて、ライフキャリアについて考えてみましょう。

職場や家庭から離れて懐かしいキャンパスで学生時代の気持ちを思い出しながら枠を外して自由に考え伸び伸びと自分について語り合えることが特長です。キャリア・ワークショップ I を受講されていない方も参加できます。

日時： 2014年1月11日(土)13:30-17:00(開場 13:00-)

場所： 東京女子大学キャンパス 東京都杉並区善福寺 2-6-1

講師： 森 理宇子 (東京女子大学 キャリア・カウンセラー)

RM Human研究所 代表

東京女子大学文理学部社会学科卒業後、日本の大手メーカーと外資系小売業にて、人事全般の業務を担当。また、外資系小売業では10年間、人事・総務部マネージャーを務める。2008年より研修講師、人材開発・組織開発コンサルタントとして活動。

修士(カウンセリング) 筑波大学大学院人間総合科学研究科博士前期課程修了

CCE,Inc 認定 GCDF キャリア・カウンセラー

内容： 自身が置かれている環境を理解したうえで描きたい未来を考えます。自分の役割を考え、周囲の人とよりよい関係を築くことができるようにします。

お申込締切： 2014年1月6日(火)

お申込方法： Eメール(empowerment@lab.twcu.ac.jp)でお申し込みください。

詳細は、こちら→<http://office.twcu.ac.jp/facilities/empowerment/consultation.html>

参加費：3,000円

主催者：東京女子大学エンパワーメント・センター



- ◆ エンパワーメント・センターでは、ワークキャリアに限定せずにキャリアを「個人が生涯を通して主体的に社会参画することであり、就業や地域活動を通じて、さらなる自己確立を果たすとともに社会に貢献すること」と定義し、卒業生が豊かなライフキャリアを描くことを目指しています。そのために、そこに集う人々が互いに影響を与えながら、自ら、自身の能力を発見し高め、力を蓄えることができるような場を提供しています。

以上

東京女子大学エンパワーメント・センター