

～40・50代から見つめ直す、人生の中での仕事とキャリアビジョンを描く～ 中高年のための モチベーションマネジメント

研修のねらい

労働力の高齢化が進むなか、40・50代の中堅・ベテラン社員が培ってきた知識や経験を活かし続けることは、企業の成長や組織力維持に欠かせません。同時に、自身のキャリアを見つめ直し、モチベーションを保ちながら活躍を続けることも重要です。

本研修では、これまでの経験や強みを振り返りつつ、変化する環境や組織の期待に応えるための視点を養います。さらに、人生の中での仕事とキャリアを見直し、新たなビジョンを描き、充実した後半人生へとつなげていくヒントを学びます。

研修のポイント

- ☑ **ベテラン人材の経験を再評価し、組織での新たな貢献機会を見出します。**
- ☑ **環境変化や組織の期待に応えながら、モチベーションを高める実践的な手法を学びます。**
- ☑ **人生という大きな文脈で仕事とキャリアを見つめ直し、ビジョンを明確にすることで、持続的に活躍できるミドル期以降のキャリア設計を支援します。**

研修期間

2026年
10/19^月～10/20^火
(2日間、13時間)

対象者

経営幹部・管理者

- ・モチベーションの維持・再発見をしたい方
- ・長く働く中で、変化への対応や役割の変化に悩んでいる方
- ・自身の強みを再確認し、組織貢献の形を見つめたい方

定員 **30**名

受講料 **22,000**円(税込)

会場

中小企業大学校 関西校

大阪市中央区安土町2-3-13
大阪国際ビルディング

月日	時間	科目	内容
10/19 月	9:30-9:40	事務連絡	
	9:40-12:40	自分のキャリアを見つめ直し、これからの方向性を描く	社会や働き方の変化を踏まえ、40・50代からのキャリアをどう築くかを考えます。これまでの経験を棚卸しし、自分の強みや価値観を再確認。“これからの自分らしいキャリア”の形を明確にしていきます。 ・社会・働き方の変化を踏まえたキャリアの再設計 ・自身の経験・強み・価値観の棚卸し ・自分らしいキャリアビジョンを描く
10/20 火	13:40-17:10	経験を活かして、周囲と共に成長する	ベテランとしての経験を活かし、世代を超えて協働できる関係づくりを学びます。信頼関係の築き方や、支援型リーダーシップの実践を通じて、チームの成長を促します。 ・ベテラン社員に求められる新たな役割を整理 ・世代を超えた協働と信頼関係の築き方 ・経験を次世代に伝える支援型リーダーシップ
	9:30-12:30	仕事への向き合い方を見直し、“組織に貢献する力”を高める	自分の強みを整理し、組織の中でどう活かしていくかを考えます。心理的資本の観点から前向きなモチベーションを高め、今後の貢献と成長の方向性を描きます。 ・キャリアを振り返り、強みと貢献分野を整理 ・心理的資本を活かして前向きに働く ・組織貢献の視点から今後の成長を考える
10/20 火	13:30-17:00	これからの人生と仕事のバランスを再構築する	自分の価値観を軸に、これからの人生と仕事のバランスを再構築します。ACT(アクセプトランス&コミットメント・セラピー)の考え方を活用し、自分らしい幸福の形と行動計画を描きます。 ・自分の価値観と人生テーマの整理 ・幸福とキャリアの両立を考える ・職場での実践につなげる行動計画づくり
	17:00-17:10	修了証書交付	

※事務連絡等を含んだ時間：13時間20分

※カリキュラムは都合により変更する場合があります。予めご了承ください。

講師紹介(敬称略)



溝井&パートナー経営コンサルティング事務所
代表

溝井 伸彰(みぞいのぶあき)

中小機構アドバイザー。中小企業診断士・公認心理師・日本人生哲学心理学会監事。広告会社などを経て、株式会社ティビーシーでコンサルティング事業部長に就任。1999年に独立。戦略経営、新規事業開発、ワークエンゲージメント開発を中心とした組織開発を中心に、製造業・卸売業・サービス業など幅広い業種の中小企業、起業家にコンサルテーションを行っている。中小企業大学校のほか、東京電機大学、産業能率大学などでも指導。「ドラッカーマネジメントを実践する会」を主宰。