

自分の強みって
なんだろう？

どんな自分
になりたい？

キャリアアトランプ®で紐解く

自分らしく働くための 自己理解入門

1/28 土

〔会場〕 札幌市生涯学習センター

10:00 ▶ 15:00

〔受講料〕 3,000円 〔定員〕 20名



キャリアアトランプ®認定校
札幌校校長 中山 茜



▶ キャリアアトランプ®って？

ラベリング-言語化-®(認知言語学)を応用し、「人の認知と行動を変える」サポートができるキャリア支援ツールです。

ゲーム感覚で楽しみながら、自分の強みや可能性を見つけしていきます！

※キャリアアトランプ®は、(株)ライフスタイル・ウーマンの開発商品・登録商標です。

もっと詳しく

キャリアアトランプ 自己肯定感

<http://www.careertrump.com/>

主な
講座
内容

- ・ありのままの自分探し
- ・「私の説明書をつくろう！」
- ・マイナスをプラスに置き換える体操
- ・短所もほかの人からみると…

- ・自分の強みを整理する
 - ・自分の未来地図を描く
 - ・「描いた地図で歩いてみる！」
- ※ご自身の経験や考え方を参加者同士で語り合うグループワークにも取り組みます。

キャリアに迷っている・将来像をはっきりさせたい すべての方へ！

■ 申し込み方法 (11/25申し込み締め切り)

右のいずれかの方法で①～⑥をお知らせください。

①講座名 ②氏名(フリガナ) ③郵便番号・住所 ④電話番号
⑤年齢(任意) ⑥性別(任意)



ちえりあ1階
メディアプラザ
(9:00～19:30)



FAX



はがき

ホームページ



■ 申し込み・問い合わせ

札幌市生涯学習センター事業課

〒063-0051 札幌市西区宮の沢1条1丁目1-10 地下鉄東西線「宮の沢駅」直結

TEL:011-671-2311 FAX:011-671-2334 <https://chieria.slp.or.jp/>

※毎月第2月曜日(祝日の場合は翌火曜日)および年末年始(12/29～1/3)は、休館日となります。

※締め切り後も定員に空きがある場合は、先着順で受け付けいたします。お電話にてお問い合わせください。



こちらからも
お申し込み
できます!!