

## 自己分析講座

「自己分析」という一生モノのスキルを身につけよう！  
1人では気づかなかった「自分らしさ」を言語化しよう！

### 【日時】

☆2019年5月23日(木) 16:30~19:00

### 【会場】

学生会館3階 キャリアセンター・セミナールーム

### 【対象】

学部3年生以上・修士学生(早大生限定、学生証持参のこと)

### 【講師】

株式会社キャリア・パートナー 代表取締役 菊本 奈々 氏

### 【その他】

☆事前予約不要(当日先着順に受付)、参加無料

☆途中入場は原則不可

### 【講師紹介】

菊本奈々 2級キャリアコンサルティング技能士(国家資格キャリアコンサルタント)

1991年早稲田大学第一文学部哲学科心理学専修卒業

新卒時は化粧品メーカー総合職に就職。事務職や営業職への転職を経て、30歳で大手人材会社に転職したことをきっかけに「人とキャリアをつなぐ」を軸に自身のキャリアを形成する。

2006年株式会社キャリア・パートナー起業(その後の紆余曲折は下記URLを参照)

2015年3月法政大学大学院キャリアデザイン学修士修了

現在は、採用支援等の実務経験だけではなく、アカデミックなバックグラウンドを活かして複数の大学でキャリアデザイン系科目や就職活動支援講座、キャリアカウンセリング等を担当。

\*早稲田大学心理学会瓦版第27号(2015) [www.waseda.jp/assoc-wpa/2015.%203\\_r4.ver.pdf](http://www.waseda.jp/assoc-wpa/2015.%203_r4.ver.pdf)

菊本奈々「紆余曲折の人生が花開くとき」pp5-6.

### 【講座概要】

自己分析と聞くと「一人で黙々とこれまでの人生を振り返ってノートに書く」というイメージがあるかもしれませんが、もちろん、自己分析には自分と向き合う時間が非常に大切です。

しかし、自己分析は一人で完結するものではなく、①自分で書き出す→②第三者に話す→

③フィードバックをもらうという3つのプロセスをまわしていくことで、自分では見えてこなかった強み・自分らしさを可視化していくことが重要なのです。

この講座では、この①~③のプロセスを初対面同志のペアワークで行うため、自己分析を体験するだけでなく、バックグラウンドの異なる相手に、自分を理解して貰えるように話すこと・伝えることの難しさも体験(就職活動は初対面の連続です!)できます。

「何から始めたら良いかわからない」「一人ではやる気が出ない」「自己分析を集中的に体験したい」という皆さんにお勧めします!「自己分析」という一生モノのスキルを身につけましょう!



就職活動支援行事はキャリアセンターホームページで確認!