【 経営者・人事向け 社内研修 】

ミドル・シニアのキャリア

～役職定年・定年後も「活躍し続ける」職場へ～



（会社名）社内研修　｜　（研修日）　｜　講師：（氏名）

✎ 自社に合わせて書き換え

SAMPLE

コンテンツ

00 **はじめに** ～長く働く時代の今～

01 **考え方** ～ミドル・シニアの転機～

02 **進め方** ～知る・話す・活かす・支える～

03 **まとめ** ～当社で始める打ち手を決める～

SAMPLE

ブリッジズ：転機は「終わり」から始まる

終わり → **ニュートラルゾーン** → **始まり**



役職・肩書き・
これまでの役割を手放す



迷い・不安・
空白を感じる時期



新しい役割と
意味を見つける



役職定年は、**「終わり」から始まる転機**

出典： Bridges, W.『 Transitions 』（ 1980 年）

SAMPLE

ワークシート：経験を生かす役割

No.	生かせる強み・経験	担える役割	必要な支え
1			
2			
3			

当社で始める打ち手： _____

SAMPLE