

キャリアデザイン研修

【目的】

1. キャリアの概念を理解する
2. 自己のキャリアを振り返り、価値観・強み・弱みなどの現状を把握する
3. 今後の目標とそれに向けたアクションプランの作成

【対象】

- 自分の強み、弱みを自己分析したい方
- ビジネスパーソンとして「どのように戦略を立て、どう生きていくか」を明確にしたい方

【プログラム案】

時間	内容	進め方
0 : 00	■ オリエンテーション	
適宜休憩	■ 働き方の変化 <ul style="list-style-type: none">・時代の変化・様々な変化 経済/生活スタイル/組織の変化	講義 ディスカッション ワーク
昼休憩	■ 戦略的にキャリアを考える <ul style="list-style-type: none">・キャリアの定義・自分の人生は自分で決める	講義
適宜休憩	■ 自分を語る <ul style="list-style-type: none">・これまでの『ワーク』と『ライフ』を振り返る・仲間の話を聴いてみる	講義 ディスカッション
適宜休憩	■ 自身が大切にしてきたこと・想いを知る <ul style="list-style-type: none">・自身の大切にしてきたこと・譲れなかったことは？・自分の強み・弱み・持ち味を発見する	講義 カードソートワーク ディスカッション
適宜休憩	■ 今の会社で大切にしてきたことは？ <ul style="list-style-type: none">・自分らしさと仕事の接点を見つける<ul style="list-style-type: none">①成長したこと ②上手くいったこと・あなたへの期待値・役割を知る<ul style="list-style-type: none">①上司からのコメント（期待値）②改めて自身のこれからの『役割』を考える	講義 ディスカッション ワーク
適宜休憩	■ 今後のアクションプランを考える 『ライフ』と『ワーク』において個人としてどのようになりたいか <ul style="list-style-type: none">・これから大切にしていきたいことは？・やれることを探してみよう・やってみたら自分や周りはどう変化する？・明日からやることを一つ決める～アクション宣言	講義 ワーク アクション宣言
7 : 00	■ 質疑応答・まとめ	