

キャリアデザイン研修

[プログラム]

1日目

9:00 オリエンテーション

9:10 自己紹介(自己紹介シート使用)

[現状認識]

9:40 キャリアとは?

なぜキャリアを意識して欲しいのか
キャリアデザインについて
キャリアデザインステップ

10:30 キャリアの棚卸し(キャリア・インベントリー・シート使用)

各自記載内容の節目・転機となった切っ掛けとその理由について説明
受講者それぞれの説明の中から何を学び、何を感じ取れたか

★グループ討議とまとめ発表

(昼食休憩:45分)

★ライフロール

[ツールを使用して自己理解を深める]

15:00 自分を知る

バリューカード

自分の価値をどこに置くかを理解

スキルカード

自分がモチベーションがあがるのはどんな時か

アイチャート

自分の現在の仕事を再チェックしてみる

CPS-J受検結果

この結果と2つのカードとアイチャートの比較から学ぶこと、感じることは何か

夕食休憩:1時間

グループ討議

各自のキャリアについて相互アドバイス実施 (講師も参加して語り合う)

20:00 自分は今後どう生きるかを自分で考える (各自自由行動)

2日目

朝食

グループ編成変更

8:30 昨日の振り返り

9:00 自分のキャリアビジョン(ビジョン構想立案)を考える(個人研究)

★「上司から見た受講者イメージシート」を開封する

★自社は10年後にどのようなになっているか?取巻く環境から想定する

1日目を振り返り自分の10年後の目標(ありたい姿)を描く

11:00 「ありたい姿」の発表(グループ内紹介)

(昼食休憩:45分)

13:00 自己行動計画の作成

14:00 自己行動計画のグループ内紹介と助言を受ける

15:00 自己行動計画の見直し

15:30 自己行動計画の発表(全体紹介)

16:30 講師まとめと受講生への期待伝承

17:00 閉講

[講師まとめ]

自分の成長の責任は自立・自律にある。

誰も自分の一生の責任は取れないことを

楽しく、誇らしく自分の人生を語り伝えよう!

大きな可能性を秘めた多くの後継者へ

夢は描かない人、持てない人には実現できない

今を自分の「ありたい姿」実現に向けて本当に生き切っているか常に考え続ける。

新しい自分のスタート