

若手 キャリアデザイン研修(新卒入社後3年目)

企業価値の最大化を目指すオリンパスでは、過去の延長線上を漫然となぞるのではなく、常に高い問題意識を持って課題解決に取り組むプロフェッショナルな人材が必要です。

そのような人材となるためには、自律的なキャリア開発、能力開発への取り組みが不可欠です。

本プログラムでは、自分自身のキャリアの棚卸しを行い自分の役割と人生(今までと今後)と対比し現在の担当業務の意味を深掘りします。

研修中での気づき・学びも参考に自分のありたい姿を描き、それに向かって何をどう取り組むか、CPS-Jアセスメントツールの結果、受講生同士の助言、上司から見た受講者イメージ、講師よりの助言も参考に自己行動計画を作成します。

自分が成長するための第一歩は、自分を知ることから始まります。

2日間かけて自分の今後のキャリアをデザインしてみましょう

プログラム概要

1 日目：

8:45 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・転機となったきっかけ
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

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

自分は今後どう生きるかを考える

2日目：

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

★封筒に入れて封をして受講者本人へ直接渡してください。受講当日に開封をさせます。

上司から見た受講者イメージシート

〇〇〇〇さんへ 上司氏名:

仕事への取組姿勢で感じること

どんなとき、何をしているときに輝いて見えますか

優れている点、強み(知識・能力面、人間性、技術・スキル、実行力、考え方など具体的に)は何ですか

今後に向けて課題にして欲しい点(知識・能力面、スキル、考え方など上記と同様)は何ですか

今後、本人の人間力向上のために経験して欲しいこと
本人を育てる気持ちで記入をお願いします。

★記入ありがとうございました。受講者の新たな人生設計の参考とさせていただきます。

受講者自己紹介シート

★グループごとに自己紹介をするときに使用します。コピー5枚を用意してください。
★個人情報ですので自己紹介が終わりましたら本人へ返却してください。
★紹介所要時間 5分/人とします。タイムキーパーを決めて進行してください。

紹介内容は、記載内容に補足するように話してください。

(足りないときには休憩時間を利用してください。)

所属/氏名

現在の仕事内容(箇条書き)

キャリアについて最近感じていることとその理由(2つ)

①

②

自分を知る上で知って貰いたいこと[特技・趣味(箇条書き)など]

Eye Chart

作成者: 八王子太郎

③業務外

- 1 教育関係外部団体、企業交流
- 2 JMA HRD-JAPAN企画委員
- 3 外部要請講演
- 4 CDA2次試験学習支援

★円の大きさを自由に変更してOK

★直感で現在の自分の業務を整理してみる

②①以外の業務

1. 事業計画管理
 2. SSC(シェアードサービス)
- 2007年度検討
3. 創立記念日社長賞事務局
 4. 担当研修事務局
 5. 2007年度研修計画
 6. キャリアデザイン研修

①特に重要と思う業務

1. 2007年度階層別教育再構築
2. OLMS3次改修
3. 担当社内講師引継ぎ
4. 担当業務標準化

10年後のあなたの姿

スローガン: _____ ⑫

①

どのように
大事にし大事にして
どう生きるかを考える。

自分自身は
...
家族に対して
...
会社/社会に対して
...
⑪

①~⑫は記入順序
グループ内紹介使用
矛盾点、改良点を
盛り込んで完成

これから1年後まで

あなたと周囲の人に
世の中は変えしよす!

2年後から3年後まで

あなたが切り開いて世の中に
変えたいところは何処です!

4年後から5年後

課題	目標-手段	方法
③		

課題	目標-手段	方法
⑥		

課題	目標-手段	方法
⑨		

現在の課題

②

2-3年後に予測される課題

⑤

4-5年後に予測される課題

⑧

受講コース(時期) ④

受講コース(時期) ⑦

受講コース(時期) ⑩