

## キャリアデザイン研修Ver2カリキュラム

実施時間：10:00～16:15

時間	概要	狙い
1コマ目 (75分) 10:00～ 11:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆オリエンテーション</li> <li>◆キャリアデザインとは</li> </ul> <p>【視点の拡大】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆1. 周囲の視点で考える (個人ワーク、グループ共有、全体共有)</li> <li>◆2. 未来の視点で考える (個人ワーク)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆意味のあるキャリアデザインを行うために、普段考えない視点から物事を考えることで、気付きを得ながら視点・視座を引き上げる</li> <li>◆世の中の動向、会社の動向を確認・想定することで、キャリアデザインが現実からかけ離れることを防ぐ</li> </ul>
2コマ目 (60分) 11:25～ 12:25	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆2. 未来の視点で考える (グループ共有、全体共有)</li> </ul> <p>【自己認知】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆棚卸参考案内</li> <li>◆棚卸(個人ワーク)</li> <li>・経験・知識・スキル、実績、成果</li> <li>・価値観</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆これまでのキャリアを棚卸することで、今後目指すところ、必要なものを明確にするための準備を行う</li> </ul>
3コマ目 (85分) 13:25～ 14:50	<p>【求められる要素】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆職務に求められる要素を考える</li> <li>・実務知識・実務スキル</li> <li>・ビジネスパーソンに求められる要素</li> <li>・職務に必要と判断した理由</li> <li>・習得・体現するための取り組み (個人ワーク、グループ共有、全体共有)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆自分よがりになりがちなキャリアデザインを社会、会社と結びつけた企業・個人双方にとって意味あるものにする</li> </ul>
4コマ目 (75分) 15:00～ 16:15	<p>【キャリアデザイン】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆キャリアデザインシート作成</li> <li>・1年後、3年後のビジョン、アクション (個人ワーク)</li> <li>◆ブラッシュアップ (グループ共有、承認、相互アドバイス)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆会社に求められる要素をふまえて、キャリアデザインを実際に行ってみることで、気付きを得るとともに中長期に向けた取り組みや活動の動機づけにつなげる</li> <li>◆現在の環境の中で何ができるかを意識することで日々の仕事に対する意欲につなげる</li> <li>◆立てたキャリアデザインを共有し、アドバイスし合うことで、ヒントや行動促進につなげる</li> </ul>

※事前に各職務ごとの先輩にキャリア参考情報(実施ガイド内 別紙参照)を作成してもらえ、もしくは、研修自体に参加してもらって直接共有していただける場合は、その共有時間を追加。  
キャリア参考情報共有は4コマ目キャリアデザインの前に実施