



キャリアデザイン

— キャリアについての責任を持ち、強みの上に自分を磨こう！ “過去を見つめ、現在を受容れ、将来を励ます！” —

- ◆ねらい
1. 相互交流をしながら、中核人材として果たすべき役割（キャリアの棚卸し）とさらなる行動の変容（キャリアの創造）を図ります。
 2. 自分の強みや現状の仕事の意味や価値を理解し、キャリア開発プランを設計します。
 3. 対人関係の傾向に気づき、ヒューマンネットワークを広げるとともに、職場活性化へのヒントを修得します。

		項 目 ・ 内 容	予定のグループ・ディスカッション [GD] 及び 演習 [EX]
1	9:00	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 開講あいさつ ◇ オリエンテーション ◇ 研修のねらいと取組姿勢…自己責任意識・我が事意識・ベストプラクティス ◇ 拡散思考と収束思考 	
	9:20	<p><自己概念（自分とは何者か…）を掘り下げる></p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 自己一致とは — 他己紹介を通じて相互交流を図ろう— ◇ 自画像の整理（自己概念） 【プレゼンテーションと有効なフィードバック】—自己理解の促進— 自分が何者であり、何処に属し、何ができ、また何ができないか、何に価値をおいているか、何を信じているか…といった自己についての概念（自画像）は、リーダー行動に影響を与えるものです。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; margin-left: 20px;">MUSTの確認！</div>	<p><発表者の狙い></p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己概念（自画像）の洞察力の確認 ・自己のリーダースタイルの気づき <p><フィードバックする狙い></p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の部下指導育成レベルの把握 ・相互のフィードバックによる自己への気づき <p><フィードバックのポイント></p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の見方の突っ込み ・発表者の把握のしかた、仕事への取組姿勢 ・目標の明確さ、具体さ、強み…etc.
	12:00	<p>◇ ころこの4つの窓（自己開示とフィードバック）</p> <p style="text-align: center;">《 昼食 》</p>	
日	13:00	<p>午前中の続き</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 実習のまとめ <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; margin-left: 20px;">CANの発見！</div>	<p><実習のまとめ></p> <ul style="list-style-type: none"> ◇自分について気づいたこと、学んだことの整理 ◇その中から、自分にとって重要なこと、職場で活かしたいことを選択 ◇それをどのように解決するか（具体的な行動計画）
目	14:30	<p><スキルフィールド「自己のスキルや強みを整理します！」></p> <p>これまでの職業生活を振り返り、自己のスキルを再確認するとともに、マトリクスに置き換えて、それぞれのスキル、強みが、今後どれほど役立つ可能性があるかを内省します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 成功体験のふりかえり [いまの仕事に意味や価値を与える] ◇ 過去の成果と役割 ⇒ スキルの抽出 ◇ コンピテンシー診断の照合 <p><キャリア・アンカー「自分の本当の価値を発見しよう！」></p> <p>キャリア・アンカーとは、どうしても犠牲にしたくない、また自分の本当の自己を象徴する、コンピタンス（有能さや成果を生み出す能力）や動機、価値観について、自分が認識していることが複合的に組み合わせさせたものをいいます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ キャリア指向自己チェック ◇ キャリア・アンカーの自己決定と実践への応用 	<p><キャリア・アンカーの種類></p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 専門・職能別コンピタンス ◇ 全般管理コンピタンス ◇ 自律・独立 ◇ 保障・安定 ◇ 企業家的創造性 ◇ 奉仕・社会貢献 ◇ 純粋な挑戦 ◇ 生活様式（ライフスタイル）
	17:00	宿題：「私の理想とするワークスタイル」	

		項 目 ・ 内 容	予定のグループ・ディスカッション〔GD〕及び演習〔EX〕
2	9:00	◇ 昨日のふりかえり&宿題の掲示 (交流)	
	9:10	<p><個人特性分析と360°多面観察による自己理解></p> <p>▼ どういう性格、パーソナリティか(性格・個性面) 気質、態度、性格などの比較的固定的なもの</p> <p>▼ どういう関心事、興味領域を持っているか(興味・価値観) 生活の態度、大切にしている価値 (人生的な思考方向)</p> <p>▼ 基礎的な職場場面での社会性(社会性) 職場での行動、特性</p> <p>▼ どういうことに意欲、ヤル気を出すか(意欲・ヤル気) 基本的欲求、社会的欲求</p>	<p>■ 個人特性分析とは…</p> <p>人にはいろいろな個性があり、その能力、性格にも特徴があります。そして各人がその特性に応じて、自分に適した分野の仕事を受け持つことが、本人にとっても会社にとっても望ましいことであり、また更に伸ばす点、あるいは改善点を知ることも必要であります。個人特性分析は、各人の特性を客観的かつ多面的に把握するために実施するものです。</p> <p>■ 複眼評価とは…</p> <p>複眼評価法は、被観察者(おもに管理職者対象、係長クラス以上及びリーダー候補者)に対し、5名以上の観察者が行動や能力を評価する多面観察法です。人が人間のある側面(能力や性格などの抽象的な要素)を評価する場合、ハロー効果、寛大化傾向、中心化傾向などの心理的評定誤差が生じやすいものですが、この評価方法は、複数の眼で見ることによって評価結果を客観的なものにし、これらの誤りを是正しようとするねらいをもっています。</p>
目	12:00	《 昼食 》	
	13:00	<p><キャリアデザインの創造></p> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 0 auto;">WANTの創造!</div> <p>【自己分析と討議】「5年後のビジョンをデザインしよう！」 数種類のチェックシートにより、自分自身が社内プロのレベルか、社外でも通用する“社外プロ”の状態となっているかどうかを、自己点検致しながら、ビジョンを創造します。</p> <p>◇ わたしの追及する方向性 ◇ SWOT分析 ◇ 将来の環境予測とその対策 ◇ アクションプラン (WHAT-HOW-DO-CHECK)</p> <p>【動機づけ】「魅力あるリーダーの条件」</p> <p>◇ 自己成長の要件 (成功とは、念うとは)</p> <p>◇ 自己の課題の確認とチャレンジ意欲の向上</p> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 0 auto;">WILLの意志!</div>	<p>〔EX〕 「フィードバックシートの交換」</p> <p>〔GD〕 「SWOT (機会・脅威について)」</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">個人研究：自分の部署に与える影響 自分の仕事に与える影響 自分のキャリアに与える影響</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">求められる能力、スキルとは</p>
	16:30頃	<p>【キャリア・ビジョンとキャリア・アクションプランの決意(感想)発表】 (時間的に余裕のある場合にのみ実施いたします)</p> <p>2日間の学びを通して、今後のキャリア開発の自覚を自らに意識づけ (コミットメント)、その決意及び感想 (考えたこと、感じたこと、気づいたこと等) を、各自グループ内 (あるいは全員の前) で発表していただきます。</p> <p>各グループ内で相互サポートができる仕組づくりを提案し合います。</p>	<p>〔チェックシート例〕</p> <p>①仕事上の実績、会社への貢献度とは ②プロフェッショナル度自己評価表 ③自分自身の魅力、特徴、個性 ④自分自身の磨き度チェック ⑤将来の貢献度、ビジョン、戦略</p> <p style="text-align: right;">e t c .</p>
17:00	まとめ「キャリアの重要性の再確認」		

※ なお、研修効果を高めるために、研修内容が一部柔軟に変更される場合がございますので、あらかじめご了承ください。

担 当 : ライフデザイン研究所 畔 柳 修 (くろやなぎおさむ)