

impress manage

キャリアデザイン研修

～キャリアは自分でデザインする、自分らしい“輝いて働く方法”を考える～



キャリアデザイン研修概要

対象	全スタッフ						
目的	<ul style="list-style-type: none"> ■ キャリアデザインの理解を深める ■ 自分に適しているキャリアについて考える ■ 仕事のモチベーションの維持と向上を目指す 						
特徴	<p>座学の一方向的な内容ではなく、ワーク等を盛り込んだ現場での事例に沿った内容での提供を行い、仕事への意欲向上を目指します。基本を丁寧に押さえた講義とわかりやすい言葉を使用した演習やテキストに加えて、現場イメージをすぐに持てる研修運営を行うことで、受講者が受け入れやすく、明日からすぐに使える内容をしっかりとご提供します。</p>						
学ぶ要素	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <ul style="list-style-type: none"> ■ キャリアデザインの基礎知識 ■ ワークライフバランスの基礎知識 ■ ダイバシティの基礎知識 </td> <td style="width: 10%; text-align: center; vertical-align: middle;">+</td> <td style="width: 40%; vertical-align: top;"> <ul style="list-style-type: none"> ■ キャリアデザインの重要性 ■ 仕事のモチベーションの維持・向上 ■ 自分にあったキャリア形成 </td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center; vertical-align: middle;">貯めの知識（インプット）・技術（ロープレ）</td> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;">参加することによる気づき</td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> ■ キャリアデザインの基礎知識 ■ ワークライフバランスの基礎知識 ■ ダイバシティの基礎知識 	+	<ul style="list-style-type: none"> ■ キャリアデザインの重要性 ■ 仕事のモチベーションの維持・向上 ■ 自分にあったキャリア形成 	貯めの知識（インプット）・技術（ロープレ）		参加することによる気づき
<ul style="list-style-type: none"> ■ キャリアデザインの基礎知識 ■ ワークライフバランスの基礎知識 ■ ダイバシティの基礎知識 	+	<ul style="list-style-type: none"> ■ キャリアデザインの重要性 ■ 仕事のモチベーションの維持・向上 ■ 自分にあったキャリア形成 					
貯めの知識（インプット）・技術（ロープレ）		参加することによる気づき					
実施日程	標準 1 日間（7 時間・休憩含）						

キャリアデザイン研修カリキュラム

仕事と家庭、勉強、健康などのバランスを各自が考え、お互いにその一人ひとりの考えを尊重し、実現できるように協力しあうという意識を徹底する。また、長期的視点にたったキャリア形成を自立的に意識できることを目指す。

時間	テーマ	内容	手法	詳細・ねらい
午前	導入	◇あいさつ ◇アイスブレイク	講義 ペアワーク	研修ゴールの理解とマインドセット
	キャリアデザイン	◇キャリアデザインの考え方 ◇発想の転換 ◇ケーススタディ ◇キャリアデザインする上で大切な考え	講義 個人ワーク グループワーク	基本を体系的に学ぶとともに、効果的な手法を理解する ケーススタディを通して現場で役立つスキルを身につける
	会社との関係	◇ワーク： 「会社と私の関係」 ◇発表 ◇自己理解を深める	講義 個人ワーク グループワーク	基本理論を前提に、ワークを通じ、知識を行動化します ワークを通して現場で役立つスキルを身につける 基本を講師が指導し理解を深める
昼食休憩				
午後	ワークライフバランスとダイバーシティ	◇ワークライフバランス ◇ダイバーシティ ◇キャリアレインボーについて	講義 個人ワーク グループワーク	基本を体系的に学ぶとともに、自分の癖を発見する 正しい方法を知り、矯正する
	ワーク	◇キャリアデザイン ◇キャリアレインボーの作成 ◇発表	講義 個人ワーク グループワーク	基本理論を前提に、ワークを通じ、知識を行動化します ワークを通して現場で役立つスキルを身につける 基本を講師が指導し理解を深める
	振り返り	◇今後のアクションプランの設定	講義 個人ワーク グループワーク	ワークシートを活用して、行動計画を具体化し業務へ接続する
	まとめ	◇まとめと質疑応答	講義	本日のポイントを整理し、今後へ接続する

※ご要望等に応じて内容の変更が可能です。お気づきの点は遠慮なくご相談ください。