

■キャリアデザイン研修

◆ねらい：人生100年時代の今、人事制度も多様化してゆきます。そこで社員個人としての「未来の働き方」に焦点をあてた研修です。過去・現在を振り返り、未来のキャリアをどうデザインするか、講義よりも個人ワークとグループワークに重点を置いて実施します。どう働き、どう生きていくのかをテーマに、参加者ご自身の未来に対する理想と課題を考えながら、解決に向かいます。

◆カリキュラム案

時間	内容	手法
AM	1. 過去の棚卸し (1) ライフラインチャート(自分エンジン・グラフ)を活用した、経験・知識・強み・弱みの棚卸し ① 実務からの事実を書き出す ② 点と点を線で結びながら、自分の強みと弱みを発見する ③ 他者の「自分エンジン・グラフ」を使った対話から、更に自分の特徴を掴む 2. 現在の整理(したいこと・得意なこと・すべきこと) (1) 棚卸しを通じて明確にした事実を元に、過去にしておきたかったことやすべきことを振り返り (2) 現在の職務、過去の知見、未来の希望から「したいこと」「得意なこと」「すべきこと」の整理と発見(自分ロータリーエンジン・グラフ活用) (3) 「こうあるべき」というフレームを外し、理想の未来についての創造と想像 3. コーチングダイス®を活用した未来創造 (1) 理想の未来について、解決志向の問いを重ねる ① 2人一組になり、相互に実施 ② コーチングダイス® に書かれた6つのテーマに基づいて問いを重ねる	講義 個人ワーク グループワーク 講義 個人ワーク グループワーク 講義 ペアワーク
PM	4. コミュニケーション・ワークショップ (1) 話す・聴く・問いかけのトレーニング (2) アイコンタクト・声・距離のトレーニング 5. 障害を想定して、解決に向かうロールプレイ (1) 3人のグループワーク。 ロールプレイ形式で、障害となりうる課題を問いかけてもらう (2) 課題となりうる障害への対策をアドバイスしあう 6. 理想実現のためのブラインド・ウォーク (1) 安全確保を前提に、どうすれば暗中模索のなかで、理想が実現するかを体感学習する ① ペアで一人がリーダーになり、一人が目を閉じて10分歩く (前半5分は相手に触れて歩く、後半5分は身体を離して歩く) ② 交代して、歩く ③ 研修会場で、学びの共有 7. まとめ ※対象者を40代/50代等年齢別にするなど、研修目的と対象に合わせて、カスタマイズしてゆきます。	講義 ペアワーク 講義 個人ワーク グループワーク 講義 ペアワーク グループワーク