

## キャリアデザイン(ベーシック)研修プログラム<1日間>

	事前課題(1) 個人ワーク「環境変化分析」	事前課題(2) 「キャリアの振り返り」記入
9:00	オリエンテーション	
	講師自己紹介/研修の背景/研修のねらいと進め方	
	グループ内での自己紹介	
	講義及び講師の対話セッション「自律的キャリア形成とは」「私たちが働く目的」⇒自律的キャリア形成と内発的動機づけ	
10:00	講義・研修の構造(外的キャリアと内的キャリア 内的キャリアのMUST・WILL・CAN)と研修のグランドルール	
	講義・職員を取り巻く働く環境の変化	
	休憩	
	グループワーク)	
11:00	「事前学習を踏まえ、職員を取り巻く今後の環境変化予測と、私たちが今後、獲得しなければならない能力を検討する。」	
	講義：求める職員像と期待される能力～・ホランドワークの進め方	
	実習「仕事に対する興味・能力の明確化(ホランド・モデル：個人作業)」	
12:00	昼 食	
13:00	実習「仕事に対する興味・能力の明確化(ホランド・モデル：グループ内シェア)」	
	講義：計画的偶発性理論～講師の体験談 能力開発課題シートの記入方法の説明	
	個人作業：自分が今後、伸ばすべき能力の方向性を能力開発課題の明確化シートに記入	
	休憩	
14:00	講義・相互キャリア・コーチングの進め方と留意点	
	実習「相互キャリアコーチング」	
	休憩	
15:00	◆全体で振り返りと気づきの共有	
	個人ワーク キャリアプランシートの作成	
17:00	質疑応答及びアンケート記入等	