



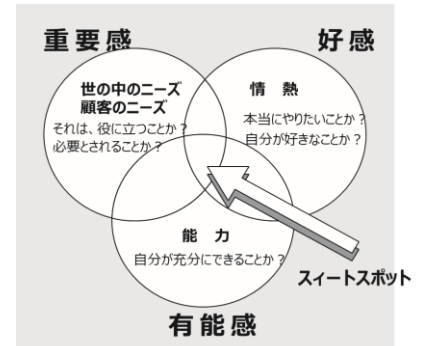
研修の目標観

- 1 自分を成長させることが他者貢献につながることを理解し、自己成長への意欲を高める。
- 2 現状の自分自身の状況を整理し、組織内で「成りたい自分」への道筋を検討する。
- 3 上記2項目を通して、自分の人生は自分で選択できるという自立心を醸成する。



研修のポイント

- ・スイートスポットの考えを活用し、「情熱」「貢献」「能力」と整理し、自分の持てる力を最大限に引き出すポイントを掴むことができます。
- ・忙しい仕事生活の中、自分自身と向き合う時間を作ることでビジネスキャリアの方向性を再設計することができます。
- ・落ち着いた自分であることの状態を再認識することで、ストレスマネジメントにも効果的な研修となります。



※下記プログラムは一例です。貴組織のご要望に合わせてプログラムをご提案させていただきます。

研修の内容・タイムスケジュール		進め方・手法
午前	「仕事を通して生き生きと生きるポイント」 ・スイートスポットについて（情熱・貢献・能力） 「自分を語る」 ①ライティング ②自分の人生をストーリーとして語る ③気づきの整理	講義 講義・個人演習・発表
午後	「職歴と技量の能力の整理」 ・ワークシートに整理し、プチ自慢話をする 「成りたい自分を描く（ロールモデル）」 ・どんな能力を持って、何をどう実現している人か 「キャリアアッププランの作成」 ・作成 相互アドバイス	講義・個人演習・発表 講義・個人演習・発表 個人演習・発表