

20代向けキャリアデザイン研修 ～Must・Can・Willでキャリアを考える編

■ねらい

社会人歴がまだ10年に満たない若い層のみなさまに、主体的なキャリア形成の重要性を知るとともに、他の受講者とのワークショップを通じて境遇を好機と捉え、貪欲にスキルアップをめざすことの大切さを理解していただきます。Must（求められていること）・Can（できること）・Will（やりたいこと）の観点から、今後の展望を整理・明確化します。

戦略的なキャリア形成の手法を学ぶだけでなく、予期せぬ出来事を積極的に取り込みながら、意図的、計画的にステップアップの機会へと変えていくという考え方を学びます。変化の激しい時代の中で「偶然の出会いや出来事を生かすキャリアづくり」を考えます。

■テーマ概要

対象：20代の若手社員の方、5年・10年・30年先のキャリアを考えられないとお悩みの方

時間：1日

人数：20名

■カリキュラム一例

内 容

1. 戦略的にキャリアを考える

【ワーク】自分のキャリアデザインについて知りたいことを書き出す

- (1) ワーク・ライフ・マネーバランスでキャリアを考える
- (2) 主体的なキャリア形成がライフとマネーを充実させる
- (3) スペシャリスト志向とゼネラリスト志向
- (4) 上昇志向とQOL（クオリティオブライフ）

2. Must・Can・Willでキャリアを考える

- (1) Must・Can・Willの3つの重なりが成果となる
 - (2) キャリアを通じたMust・Can・Willのバランスの変化
- 【ワーク】3つの要素バランスのパターンで今の自分自身を振り返る

3. 期待される姿に「自分」を近づける～Must

- (1) 改めて自分の置かれた立ち位置を考える
- 【ワーク】「会社」「社会」「家族」の3つの視点から自分を取り巻く環境を分析する
- (2) 自分に求められる役割を理解する
- 【ワーク】自分に求められていることを、現在・2年後・5年後の視点で考える

4. 戦略的にスキルを身に付ける～Can

- (1) 現時点でのスキルの棚卸
- 【ワーク】これまでの経歴の中で身につけたものを棚卸する
- (2) 戦略的にスキル習得を図る
 - (3) 偶然を能動的に活かす～ブランド・ハプスタンス・セオリー
- 【ワーク】これまでに影響を受けた人や機会を振り返る

5. 自分が本当にやりたいことを見つける～Will

- (1) 自分をモチベートするもの
- 【ワーク】何をしたり考えたりしている時に一番わくわくするかを考える
- (2) 自分のありたい姿を考える
- 【ワーク】今後のありたい姿と、そのために今からすべきことは何かを考える

6. まとめ ～明日から動こう

- (1) 今のキャリアのステージをイメージする
- (2) 今後取り組むことを具体的に3つ決める