

～キャリアサポートセミナーに参加してみよう～



キャリアサポートセミナーは・・・
15歳からおおむね40代前半、およびミドル世代（37歳～52歳）の方を対象に、就職までのそれぞれの段階にそって、様々なテーマで実施しています！



実際にどんなことをやるのか・・・今回は2つのセミナーをチラ見せ♪



<テーマ>

仕事選びのポイント



これからの仕事を考える時、つい条件面（給与・休日・勤務地など）から先に目がいきませんか？
でも、その他の視点として、潜在的な自分の価値観を考える機会があれば、自己理解が深まり納得いく仕事選びに近づけるかも！！

セミナーの流れ

① 全体説明

仕事選びをする上で、自己理解や価値観を知ることの必要性を事例を交えてお伝えします。



仕事選びのポイントについて

- 1 価値観って、なに？
- 2 就職活動の場面でいつ「価値観」を使うの？
- 3 価値観を知る方法は？
- 4 もし自分で自分の価値観を知らなかったら、どうなるの？

(セミナースライド一部抜粋)

4 もし価値観を知らなかったらどうなるの？

- ◆自分で自分の考えがわからない
 - ・選択できない
 - ・選択したことへの不安が続く
 - ・選択したことに後悔が生まれる
- ◆自分で自分の考えがわからないので人にも伝えられない
 - ・履歴書や面接で、何を、どう伝えたいかわからない
 - =言語化に苦戦
 - ・自分の価値を理解してもらえない(何社受けても不採用、職場でのコミュニケーションに支障、転職を繰り返す、など)

価値観を知る=自己分析

(セミナースライド一部抜粋)

② 個人ワーク

カードやワークシートを使う3つのワークで働く上での価値観を整理します。



(カードを使って・・・)

(ワークシートで・・・)

② 価値観カードを使って、考えを整理する

価値観カードとワークシート2を使って「働く」に関する考えを整理してみましょう

<手順>

1. 30枚の価値観カードをまず2つに分けます
 - (自分にとって)大切
 - (自分にとって)そこまで大切ではない
- [Point!]
- ①カードの裏面を白紙にして裏を真っ白な紙に貼り直しましょう
2. 「大切」に分けたカードを、ピンク色のシートの上に1位から15位まで並べていきます
3. ワークシート②「価値観カード」に選んだ1位から15位までのカードを記載。次に1位から3位の選んだ理由を記載する。

(セミナースライド一部抜粋)



☆ ワークシート ③ 「これまでの職歴から価値観を整理する」

業界	職種	仕事内容	入社を決めた理由
例 美容	エステティシャン	・フェイシャル・ホディトリートメント・化粧品販売	・人を綺麗にしたり、人を元気にする仕事が良かった ・家から近く、勤務時間などの条件がよかった
1 広告	営業	・求人広告などの法人営業・組織マネジメント	・早期でキャリアアップしたかった ・新しいことに果敢にチャレンジしていけるような仕事だったから

(ワークシート一部抜粋)

これまでの自分の仕事や経験を振り返り、このセミナーで発見・気づいた自分の価値観と照らし合わせてみます。



いかがでしたか？ あなたの「仕事選びの軸」を考える“きっかけ”にしてみてください♪