

グランドキャリア チャレンジプログラムのご案内

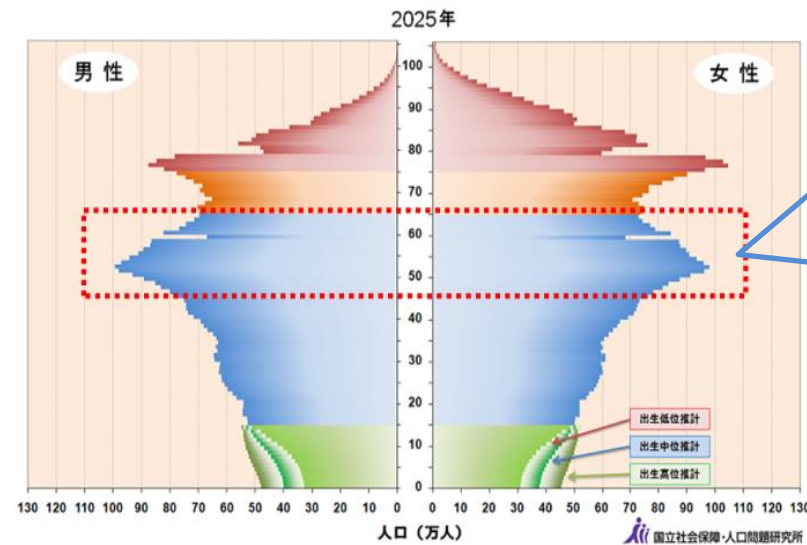
中高年社員の皆さんの更なる活性化
に向けた新しい研修プログラム



株式会社 星和ビジネスリンク

当研修プログラムの開発背景

- ✓ 人生100年時代の長寿社会において、労働人口のボリュームゾーンである中高年層（45歳以上）をフル活用することは、日本企業の大きな課題となりつつあります。
- ✓ 一方で社員側から見ても、40代後半は、職場や家庭環境の変化、心身における老いの顕在化など、人生の大変化期であり、低意欲化やストレスによる「こころの危機」に直面する中高年社員も増加しています。
- ✓ そこで、キャリア人生の後半戦で2度目の新人研修として「こころのエネルギーを高め」「やる気を具現化し」「社内で使命をまっとうする」新しいキャリア開発プログラムを提供。



2025年（約10年後）の姿です。労働人口のボリュームゾーンである「中高年層（45歳以上）をどうフル活用するか」は、もはや先送りできない課題ではないでしょうか？

資料：1920～2010年：国勢調査、推計人口、2011年以降：「日本の将来推計人口（平成24年1月推計）」。

当研修プログラムの概要

対象者	会社人生総仕上げ世代 定年までの残り10～15年のモチベーションを上げ、 社命をまっとうして生涯現役を指向する人
第一部 3時間	「こころのエネルギー源を高める」 ～守りから攻めモードへ～
第二部 7時間	「人生100年時代のキャリア・ビジョン」 「何を目標として」「自分は何が出来て」 「何をしたいのか」を具体的に作る

第一部：こころのエネルギー源を高める ～守りから攻めモードへ～

本研修の持つ「側面」とは？

- 側面①：中高齢版「新人研修」である
「中高齢入門研修」であり、ビジネス人生の折り返し点での「2度目の新人研修」のようなものと考えています
- 側面②：「2つの危機」に備える
中高齢期に訪れる「立場の変化」等からくる「危機」を防止します
強いストレス⇒(慢性化)⇒心身へのダメージ(=危機①)
⇒低意欲化・意欲喪失⇒人材価値へのダメージ(=危機②)
- 側面③：意識とイメージを変える
「中高齢期の持つ可能性」に目を向けていただくことで、中高齢期に対する受講者の「意識とイメージ」の変革をめざします
- 側面④：「自分事」にしていただく
本研修では、研修テーマを「自分事」にする「装置」として「自己診断テスト」を中心とした演習を行います

研修資料（抜粋）

守りモードの発生

- ・ 中高齢期に入ると「人生の時間の有限性」を意識するようになります
⇒「もう半分以上が過ぎてしまった…」
- ・ この認識をもとに、完全燃焼をめざす人もいますが多くの人は、ここから「自己限定」「守り」へと進みます

自分にはもう「やり直し」の時間はない
⇒「今やっていること」以外に、自分にできることはない
⇒「今の状態」を変えたくない(守りたい)

守りモード

「攻めモード」の人とは？

「攻めモード」の人は、時間の捉え方が、普通の人はすこし異なります
【攻めモードの考え方】

- そもそも「有限性」を意識しない
⇒まだいくらでも時間はある
- 「有限」だからこそ「いまやらねば」と考える
⇒時間があるかどうかは関係ない
(「ある」と信じるしかない)

攻めモード

自分にはまだ時間がある
⇒新しいことにどんどん挑戦し、
「今とは違う状態」へと突き進んでいきたい

伊能 忠敬

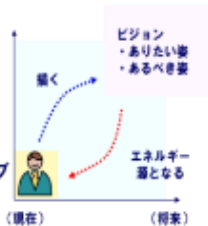


エネルギー源を探る

- ①：大切なもの
✓家族 ✓友人 ✓同僚
✓ナンバーワンの誇り

- ②：目標・ビジョン
✓成果目標 ✓会社・社会・人生のビジョン

- ③：探究心
✓専門分野 ✓仕事以外 ✓クリエイティブ



【講師】得丸 英司氏

株式会社星和ビジネスリンク
執行役員 FPコンサルティング部長

1980年 日本生命入社、1995年CFP®資格取得。日本生命において20年にわたり、法人・個人分野のFPコンサルティング部門を歴任。2015年度まで慶応大学講師を務める。現在、日本FP協会常務理事

第二部：人生100年時代のキャリア・ビジョン

研修の全体像

「何を目標として」

「自分は 何が出来て」

「何をしたいのか」

7時間
決める！

<9時 ~17時>

目標を明確に認識、
仕事に全力投球し
成果を上げる！
余勢を駆って生涯現
役を実現する！

【やる気の具現化:その1】

- 「何を目標として」 ……定年到達時点の仕事目標を決める
- 「自分は何が出来て」 ……仕事目標達成に必須の能力を知る
- 「何をしたいのか」 ……自身の仕事目標と組織の期待に整合を図る

I 定年到達時点の仕事目標を決めるために…

- ・平均余命を知る
- ・セカンドキャリア発想のS字カーブとは
- ・キャリアとキャリアビジョン
- ・キャリア・ビジョン四つのタイプ
- ・求められる「自立型人材」
- ・**能力開発**とは 5PのA 参照

II 仕事目標達成に必須の能力を知るために…

- ◆社会人基礎力準拠「**職務遂行能力測定(ASA)**」受検
- ◆職業興味検査受検 5PのB 参照
- ◆自分の”ウリ”のを見つけ方と売り込み方法
 - ・時系列業務経歴書をつくる
 - ・専門分野別職務経歴書をつくる
- ◆自分の”ウリ=専門”の決め方
- ◆定年到達時点の仕事目標を決める
 - ・**天職探索ワークシート**をつくる 6PのC 参照

III 仕事目標と組織の期待に整合を図るために…

- ・自己啓発目標設定/**自己開発計画策定シート**をつくる
- ・「やる気具現策」上申を承認させるための 6PのD 参照
上長との面談を成功させるコツ

【講師】白根 陸夫氏 株式会社キャリア・ブレン 代表取締役

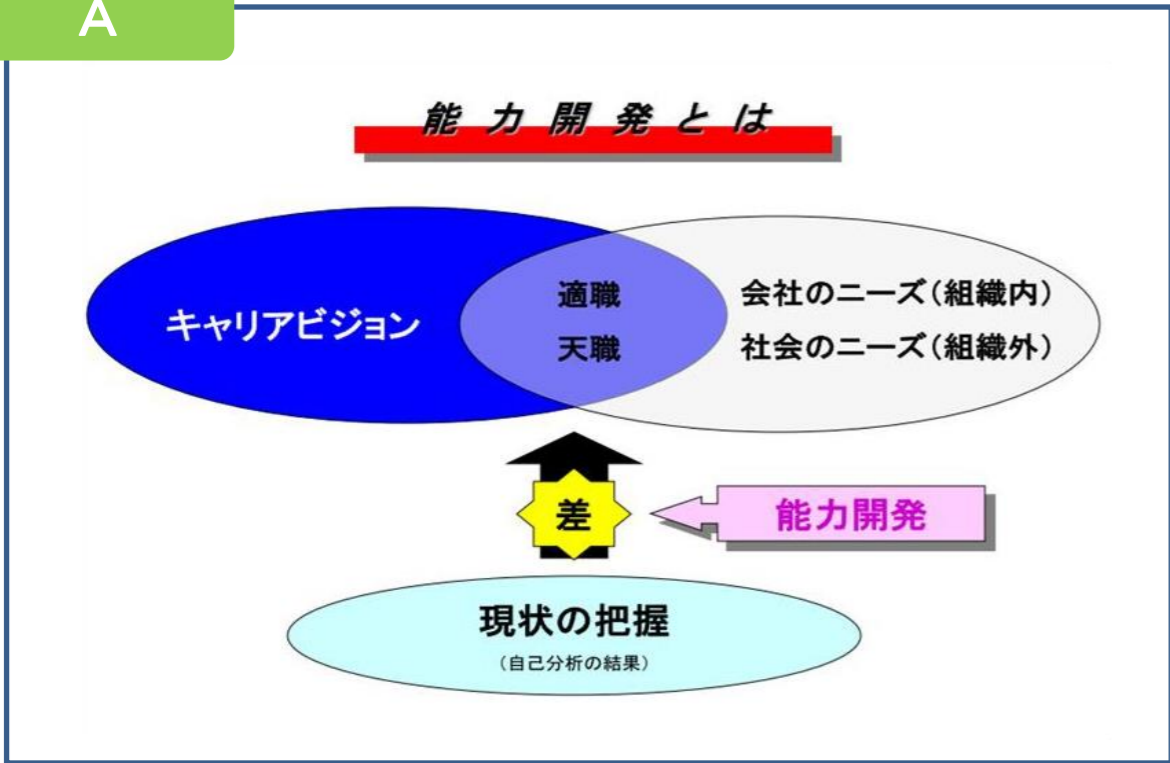
日系大手化学メーカー、外資系コンピュータ商社等で活躍後 平成7年キャリア・カウンセラーとして独立。翌年、株式会社キャリア・ブレン設立。エイジング・アドバイザー® (NPO/日本エイジング・アドバイザー協会)、メンタルヘルス・カウンセラー等各種資格取得。

【やる気の具現化:その2】

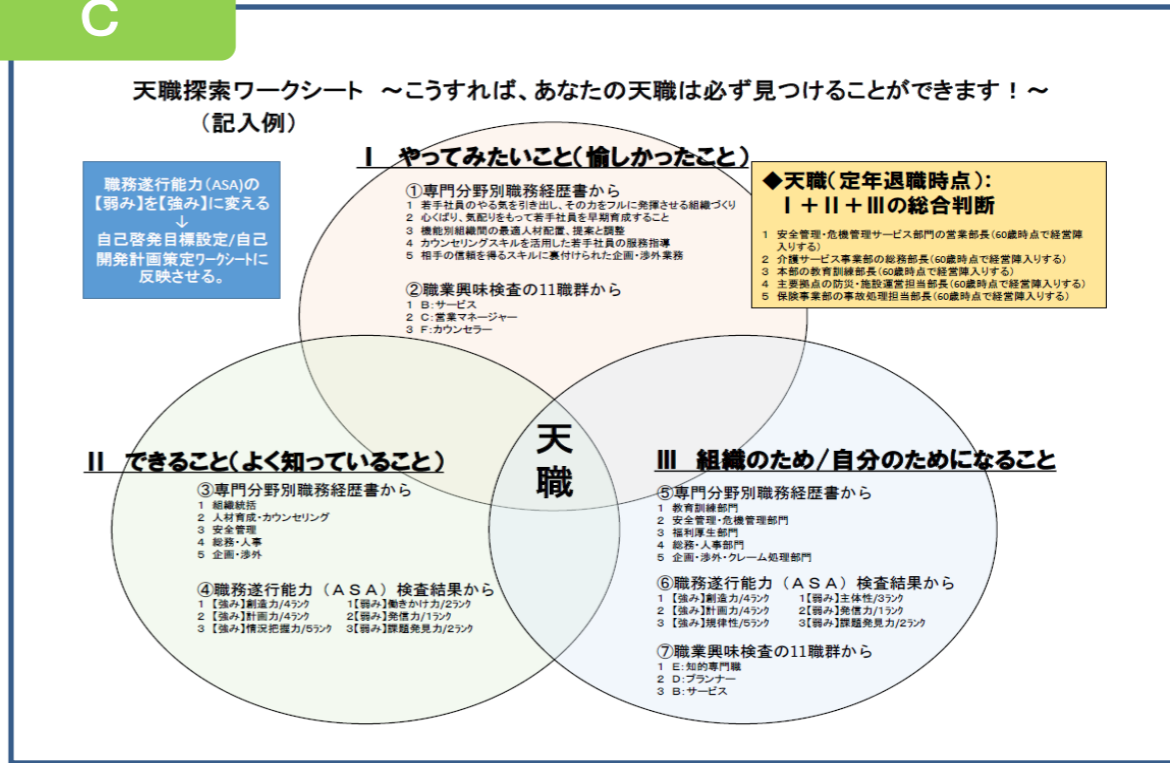
- ◆定年後、再就職する(社外に打って出る)
 - ・最強の売り込みツールづくりと自分流セルフ・マーケティングのやり方伝授
- ◆定年後、思い切って起業する
 - ・新サービス創出のコツ (こうすれば開業初年度から黒字経営ができる！)

第二部：「人生100年時代のキャリア・ビジョン」 研修資料(抜粋)

A



C



B

「社会人基礎力」とは

<3つの能力/12の能力要素>

前に踏み出す力(アクション)

~一歩前に踏み出し、失敗しても粘り強く取り組み~

主体性
物事に進んで取り組む力

働きかけ力
他人に働きかけ巻き込む力

実行力
目標を設定し確実に行動する力

考え抜く力(シンキング)

~疑問を持ち、考え抜く~

課題発見力
現状を分析し目的や課題を明らかにする力

計画力
課題の解決に向けた力点を明らかにし、準備する力

創造力
新しい価値を生み出す力

チームで働く力(チームワーク)

~多様な人々とともに、目標に向けて協力する力~

発信力
自分の意見をわかりやすく伝える力

傾聴力
相手の意見を丁寧に聴く力

柔軟性
意見の違いや立場の違いを理解する力

状況把握力
自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力

規律性
社会のルールや人の約束を守る力

ストレスコントロール
ストレスの発生源に対応する力

D

自己啓発目標設定/自己開発計画策定ワークシート (記入例)

自己啓発目標設定/自己開発計画策定ワークシート 作成日: 所属: 氏名: [ワークシートの]

現状の把握	これからの私
1. なかむ疲弊した業務はなんですか? 業務の課題と適年経験年数は? (時系列業務経歴書参照)	これからの私 00 5/1 4/8 2/0 能力開発計画 資格取得計画 人脈開発計画 経済設計
2. あなたの専門分野はなんですか? その「好き」(自己評価) (専門分野別職務経歴書参照)	01 5/2 4/9 2/1 趣味を増やす ⇒ 料理に力を入れる ⇒ 料理
3. あなたのやってみたい仕事はなんですか? (成功体験/失敗体験参照)	02 5/3 5/0 2/2 個人事業主として 成功体験を積み重ねる
4. (1) 得意分野/得意業務(得意分野/得意業務) (自己啓発/自己開発計画策定参照)	03 5/4 5/1 2/3 個人事業主として 成功体験を積み重ねる
(2) 得意分野/得意業務(得意分野/得意業務) (自己啓発/自己開発計画策定参照)	04 5/5 5/2 2/4 資格取得計画 人脈開発計画
5. 自己啓発目標をどのように設定しますか? (1) 個人より進んでいるものを参考に設定する	05 5/6 5/3 2/5 趣味を増やす ⇒ 料理に力を入れる ⇒ 料理
(2) 得意分野/得意業務(得意分野/得意業務) (自己啓発/自己開発計画策定参照)	06 5/7 5/4 2/6 個人事業主として 成功体験を積み重ねる
6. あなたの人脈(社外)の強み・弱みは? (人脈参照)	07 5/8 5/5 2/7 個人事業主として 成功体験を積み重ねる
(1) 強み・弱み (人脈参照)	08 5/9 5/6 2/8 個人事業主として 成功体験を積み重ねる
(2) 強み・弱み (人脈参照)	09 6/0 5/7 2/9 個人事業主として 成功体験を積み重ねる
(3) 強み・弱み (人脈参照)	10 6/1 5/8 3/0 個人事業主として 成功体験を積み重ねる
(4) 強み・弱み (人脈参照)	11 6/2 5/9 3/1 個人事業主として 成功体験を積み重ねる
(5) 強み・弱み (人脈参照)	12 6/3 6/0 3/2 個人事業主として 成功体験を積み重ねる



<お問合せ先>
株式会社星和ビジネスリンク
東京都港区芝4-1-23 三田NNビル
【電話】03-5439-2362
教育・出版事業部