

【 あなたのキャリア・アンカーを確認しよう！！ 】

【キャリアコン・LETTERとは？】



キャリアコン・LETTERとは、働く人のお悩み(職業選択、職業生活設計、職業能力の開発・向上等)の相談のプロの国家資格キャリアコンサルタントが、お送りするキャリアの健康(いきいき働くこと)を支援するメッセージです。メッセージを読んで、ご自身に当てはめて、キャリアの健康チェックをしましょう！！

【STEP1 キャリア・アンカーとは！？】



キャリアアンカーとは、個人が自らのキャリアや働き方を選択する際に、どうしても譲れない「価値観」や「欲求」「コアコンピタンス(能力)」のことを指します。(=自分の仕事に対するの錨(いかり)、どのような波が来ても錨を降ろした船はぶれませんよね)

選択の際に「この業務はやりがいがある！」や「仕事をするうえでこの条件は譲れない！」という思いがキャリア・アンカーです。

自分のキャリア・アンカーを確認することで、現在の仕事への取組み方、選択を迫られた際に自分の軸を意識して、選択ができます！！

【STEP2 キャリア・アンカーの種類！！】



キャリア・アンカーは8つの種類があります。

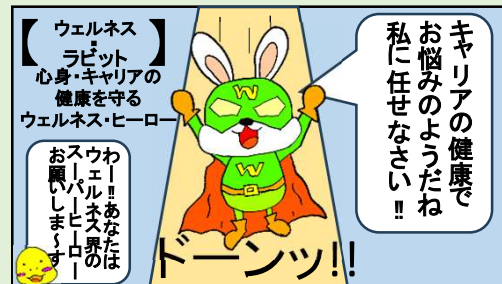
- ①専門・職能別コンピタンス:「**専門家**」としての能力を発揮したいタイプ。
- ②全般管理コンピタンス:いわゆる「**出世欲が強い人**」。
- ③自律・独立(自由):集団行動のための規則や手順などに**束縛されることが苦手なタイプ**。
- ④保障・安定:安定した仕事や報酬など、**安定性を最も重視**する人。
- ⑤起業家的創造性:リスクを恐れず、何か**新しいことを生み出すことに楽しみや充足感**を覚える人
- ⑥奉仕・社会貢献:自分の仕事を通じて「世の中を良くしたい」という欲求が強く、**社会貢献に価値**を感じるタイプ
- ⑦純粋な挑戦:誰もが無理と思うような**難題に打ち勝つことに満足感**を覚えるタイプ
- ⑧生活様式:個人含め、**家族や会社のニーズとの調和**を大切にするタイプ。

【STEP3 あなたのキャリア・アンカーを確認！！】

STEP2で学んだ8つの種類のキャリア・アンカーから自分に合いそうなものを3つ選びましょう！！選んだら、比重と理由を考えましょう！！

- 第1位 : ()番、比重:()%、理由:()
- 第2位 : ()番、比重:()%、理由:()
- 第3位 : ()番、比重:()%、理由:()

仕事の価値観(錨)



働かれる方の心身・キャリアの健康向上に課題・ご希望がある際は当社へご相談ください。

株式会社ウェルネスサポート

TEL 052-265-8921 FAX 052-265-8922

URL <https://wellness-sp.co.jp/>

