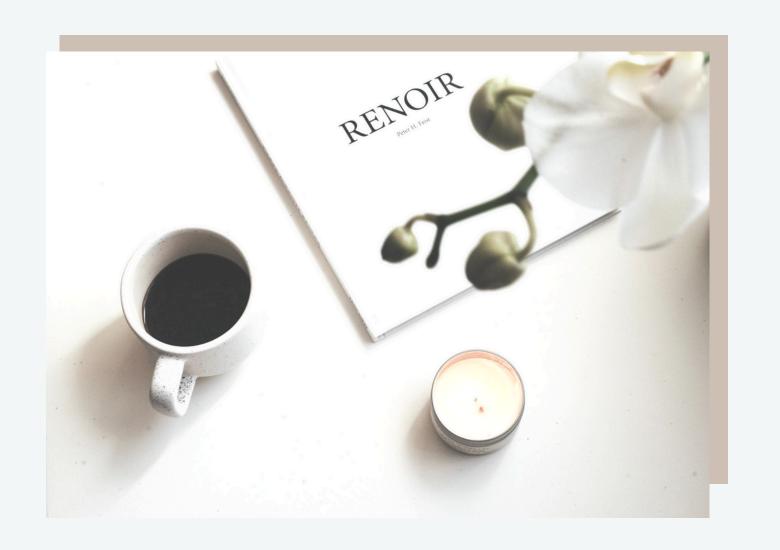
#### | 初期から自分を活かしてお客様に出会う/

# 自分スタイルで堅実起業を叶える動画講座



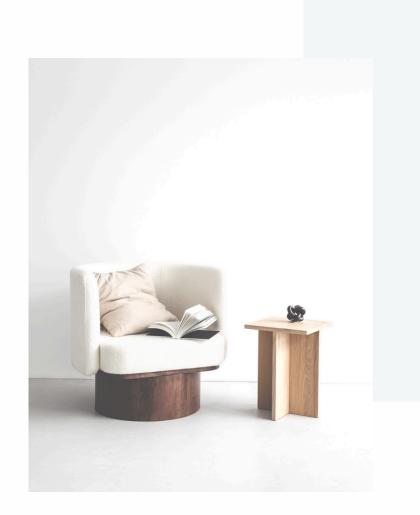
DAY 3

#### LESSON

## DAY 3

~あなたの「強み」を起業に生かす方法~

- 強みとは何か?を理解する
- 2 強みを見つける方法を知る
- 3 キャリアの棚卸しの仕方を学ぶ



# DAY3 GOAL

- ・強みとは何か?を理解する
- ・キャリアの棚卸しを学び、「強み」を見つける方法を知る



一歩踏踏み出すきっかけにする



強みとは何かを理解する

What are your strengths?

#### 強みって何?

あなたが当たり前にできること。

自然にできるのに、人に喜ばれたり、お願いされること。

簡単にできるのに、周りの人や社会に良い影響を与えられること。

Your Strengths

#### キャリアの棚卸とは?

持っているもの・経験してきたこと全てを机の上に出す作業のこと。

あらゆる角度から、

自分の資質・特徴、社会で身につけたスキル・能力などを洗い出すこと。

Your Coreer

2 強みを見つける方法を知る What are your strengths?

#### キャリアの棚卸の仕方はいろいろあります

1 《自分で診断する》

簡単に強みや資質(才能)がわかる

(ストレングスファインダー/キャリアアンカーなど)



2 《専門家に頼る》Start with an outline of topics and identify highlights.

自分では引き出せなかった気づきや発見がある

(キャリアコンサルタント/キャリアコーチ/強み発掘診断など)

## 3《周りの意見を聞く》

<u>身近な人のフィードバックには</u> 意外性や気づきがあります

(家族・友人・同僚・異業種の人からの客観的な目線)

4 (自分で棚卸をする) an outline of topics and identify highlights.

積み重ねてきた経験・感情から highlights 翻察するため腹落ち度が高い

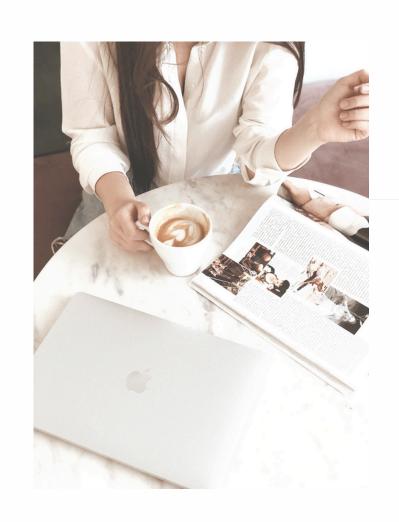


2 強みを見つける方法を知る

What are your strengths?

#### 棚卸後、自分らしいキャリアにシフトしたクライアントの例

#### 自分の価値観を大切にしながら、強みを活かせる会社に転職



#### 棚卸し後

「国際的な感覚のある企業で働きたい」ことが明確に。

「多様性・フラットな関係・海外との繋がり・人に影響を与える」 など、大切にしたい価値を満たす企業に晴れて転職!

毎日充実した環境で働いている。

#### 過去のキャリアから見つけた「得意」と理想のライフスタイルを叶える職にシフト



新卒から1社でキャリアを積む。キャリアの棚卸しをした後に 「在宅で働きたい・子供との時間を大切にしたい・規則正しく働きたい」 ことが明確に。

また、強みを活かそうと「宅録ナレーター」になることを決意。

その後、フリーランスのナレーターとして、各国の企業と契約をして 活躍するまでになる。 3 キャリアの棚卸しの仕方を学ぶ

Learn how to take a career inventory

### ここから、キャリアの棚卸しを解説します



How to take inventory of carriers

### 棚卸しの前に! ここを心がけよう

NG

GOOD!

「こんなのできて普通」

「同僚もみんなできることだし・・」

「私、良いところがなくて・・」

「いいところがあるかも!」

「忘れてるスキル、ないかな?」

「小さなことでも出してみよう」

### 棚卸しの前に! ワークの取り組み方

1 事実を全て書き出す

2 感情をできるだけ書き出す

(影響を受けた・感銘を受けた・違和感・嫌だったetc..)

3 持っているもの・ないもの両方を受け入れながら進める

## WORK 6 記入例 / キャリアの棚卸ワーク

22 ~ 26歳 スターバックスコーヒー 29~38歳 ANA

39歳 ~ 現在 キャリアデザインコーチ

内容

店舗運営 店舗スタッフの人材育成 安全運行に関わる機内業務サービス全般・アナウンス

コーチング 女性のキャリアをサポート

好きだったこと

社員同士フラットな関係性 お客様との会話 リラックスした職場環境 お客様と会話 後輩育成 異文化に触れること 女性のキャリアサポート 自己責任で自由にできること 毎日本音で生きられること

身につけたこと

人材育成 顧客のニーズの掴み方 利益の出し方 お客様の心理を読むこと 瞬時にベストな対応をすること 優先順位をつけて働くこと 自己管理力 まずはやってみる力 発信力・表現力

満足度グラフ

社風が合っていた

CAになれなかった・・

育休復帰

退職を決意!

不規則な生活が嫌

### WORK 7 記入例 / 価値観に出会うワーク

#### 「何が嫌だった?」「何を求めて転職した?」 転職理由をプラス・マイナス両面から率直に書いてみよう

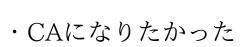
#### 1社目/スターバックスコーヒー

#### 2社目/ 英会話スクール(GABA)

#### 3社目 / ANA

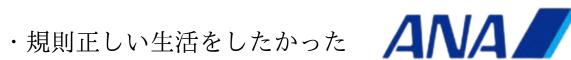
・CAになりたかった

- ・よりプロフェッショナルなサービスを 学んで、仕事にしたかった
- オフィスワークを経験したかった
- ・英語を生かした仕事をしたかった
- ・早朝・深夜の勤務が嫌だった





- ・海外をめぐる仕事をしたかった
- 接遇のプロになりたかった
- ・地元を出て新しい世界を見たかった
- ・納得できない営業が嫌だった





- ・ルールに囚われず、のびのび働きたかった
- ・頭を使う仕事にシフトしたかった
- ・個人で働けるようになりたかった
- ・過度なストレス環境が嫌だった
- ・顔色を伺う発言をするのが嫌だった

### WORK 8 記入例/ 強みを見つけるワーク

Q1 よくお願いされること・相談・質問されることは?

(よく回ってくる役回りは?)

転職や起業の質問&相談 / 「誰からビジネスを学んだの?」「いい店知ってない?」の質問

Q2 「あなたの〇〇はすごいよね。」と言われることは?

(家族・友人・同僚・上司から言われたことは?)

「愛想の良さ」-母/「叶うまでやるところ」-友人・同僚/「誰に対しても愛がある」-上司

Q3 お金を頂かなくてもやれることは?やりたいことは?

(趣味レベルでも、業務でもOK!)

悩み相談を聞くこと / 「教えて欲しい」に応えること / 役立つヒントや考え方をシェアすること インタビューを受けること / ワインセミナーの開催

### DAY3 まとめ

#### ~あなたの「強み」を起業に生かす方法~

- ・何で起業をするのか?いきなり職種で探さない
- ・どんな仕事にも活かせるあなたの「強み」を知ることが大切
- ・大切にしたい価値観を知っておくことで、ブレないビジネス軸につながる
- ・強みやあなたの良さは、起業を通して徐々に見えてくるものもたくさんある

## DAY 3 WORK

- WORK 6 キャリアの棚卸しをやってみよう!
- WORK 7 価値観に出会うワークをやってみよう!
- WORK 8 強みを見つけるワークをやってみよう!

著作権について すべてのコンテンツの無断転載・無断使用はご遠慮ください。