【介護（ＴＬ）】

**私のキャリアデザインシート（挑戦目標とアクションプラン）**

**受講番号　　　　所属　　　　　　　　　　氏名　　　　　　　　　　作成日　　年　　月　　日**

**Ⅰ．研修の振り返り**

|  |
| --- |
| １．この研修で学んだこと、気づいたこと(箇条書きで記述する) |
|  |

**Ⅱ．キャリアデザインシート**

|  |  |
| --- | --- |
| ２．めざしたい職業人としての自己のイメージ（４つの問い） | |
| ①出来る事とは何か（持ち味・能力） | ②やりたいことは何か（動機・欲求） |
|  |  |
| ③意味を感じることは何か（志・価値観） | ④どのような関係をつくり、活かしたいか（関係性） |
|  |  |
|  | |
| ３．私のキャリアメッセージ（今の気持ち、これからの私） | |
|  | |
| ４．チームリーダーとしての役割　テーマ（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）  ＊以下のテーマの中から、一つ選択し、記載ください。  人材育成、リーダーシップ、介護計画の実践、地域包括ケアの取組み | |
| [重点目標]（テーマについて、達成したい目標を具体的に） | |
| [アクションプラン]（どのレベルまで、いつまでに、どのように等） | |

**Ⅲ．上司からのアドバイスコメント**

|  |  |
| --- | --- |
| ○報告を受け、励まし、アドバイス等のコメントをご記入ください | |
|  | |
| 所属： | |
| 役職： | 氏名： |