

# キャリアデザインと職業選択Ⅰ

科目ナンバリング CAE-103  
選択 2単位

磯山 優・吹野 あゆ子

## 1. 授業の概要(ねらい)

この授業は株式会社ベネッセキャリアとの連携協力により運営します。  
大学1年生からコミュニケーション力とマナーを身につけ、かつ「充実した大学生活を過ごすにはどうしたらよいか」を自分で考え、行動するきっかけをつくることを目的とします。これは、数年後の就職活動に必ずプラスになります。  
大学生活をどう過ごすかは、将来に大きな影響を与えます。「キャリアデザインと職業選択Ⅰ」では、ワークやグループディスカッション等を通してまずコミュニケーションとマナーを学び、その後、自分にとって納得のいく人生を送るために、「今の自分と将来の自分」「充実した大学生活にするにはどうするか」を考え、行動するきっかけをつくります。  
この授業ではアセスメント「GPS-Academic」を受検していただきます。その結果は、将来を考える上でも重要な「自己理解」の手掛かりとなります。

※学修の場を提供するという意味で、2年生以上の学生も履修できることにはなっていますが、大学生活をスタートする1年生向けの内容が主になっています。内容を改めて確認していただき、自分にはふさわしくないと思った場合は、履修をしないようにしてください。

## 2. 授業の到達目標

この科目を受講することにより、

- ① 社会に出る(就職)ための準備や練習を、今のうちから始めることができます。
- ② コミュニケーション力を高めることができます。
- ③ あなた自身の大学生活を充実させることができます。

## 3. 成績評価の方法および基準

出席平常点45%、レポートやワークシート等の課題提出とプレゼンテーション55%を基準とし、総合的に判断します。

① 毎回コミュニケーションシートを書いていただきます(出席もこれで確認)。テーマは講師が指定します。ただし、欠席が6回以上となった場合は、単位修得はできません。

また、授業への参加態度(積極性、主体性、協調性など)もここに含みますので、参加態度がよい場合は減点をします。

② 授業で使用するワークシートのうち、講師が指定したものをコピーして提出していただきます。

③ 授業終了時にレポートを提出し、プレゼンテーションをしていただきます。

\*具体的な課題内容については授業内で説明し、最終授業時に提出となります。

## 4. 教科書・参考文献

教科書

『MY CAREER NOTEⅠ(BASIC)』

※『MY CAREER NOTEⅠ』はBASIC(表紙が緑色)とADVANCE(表紙が青色)の2種類があります。必ずBASIC(表紙が緑色)のものを購入してください。間違わないように注意してください。テキストは、ワーク等で使いますので、毎回必ず持参してください。

## 5. 準備学修の内容

テキストの該当ページを予習・復習するようにしてください。また、課題を出すことがあるので、必ず実施してきてください。

## 6. その他履修上の注意事項

この授業はいずれ社会に出て行くための練習の場であり、また皆さん一人ひとりが自分と向き合う時間ですので、成果を出すために以下のことをお守りください。

- ① がんばって出席してください。あなたが参加しないと始まりません。
- ② 毎回ワークがあります。どうぞ積極的に参加してください。また、課題が出る場合がありますが、次の授業を進めるために必要なことですので、必ずやってきてください。
- ③ 時間を守ってください。また、授業中にむやみに退室しないでください。(やむを得ず退室したい場合は、理由を報告してください。)
- ④ 私語や飲食等は慎んでください。
- ⑤ 携帯電話の電源は切ってください。また特別な理由がない限り帽子を脱いで授業を受けてください。
- ⑥ その他授業の運営を乱したり、他の受講生の迷惑になるような行為は慎んでください。
- ⑦ 「キャリアデザインと職業選択ⅡA・ⅡB」、「キャリアデザインと職業選択ⅢA・ⅢB」を連続受講すると、就職活動本番がよりスムーズになります。また上記科目以外の自己啓発支援(キャリア教育)科目や「アドバンストインターンシップ」も積極的に履修してください。

## 7. 授業内容

- |        |                                                      |
|--------|------------------------------------------------------|
| 【第1回】  | オリエンテーション、目標について考える ※春学期はLMSによるオンデマンド配信。秋学期は対面授業の予定。 |
| 【第2回】  | コミュニケーション力を高める① ～自己紹介～                               |
| 【第3回】  | コミュニケーション力を高める② ～話を聴く、わかりやすく話す～                      |
| 【第4回】  | 大学生として必要なマナーを身につける①                                  |
| 【第5回】  | 大学生として必要なマナーを身につける②                                  |
| 【第6回】  | 自分の強みを伸ばす① ～自己理解を深める～                                |
| 【第7回】  | 自分の強みを伸ばす② ～大学で伸ばしたい力を考える～                           |
| 【第8回】  | 将来について考える                                            |
| 【第9回】  | 仕事について考える                                            |
| 【第10回】 | 社会で求められる力                                            |
| 【第11回】 | 目標と行動計画を立てる                                          |
| 【第12回】 | プレゼンテーションの準備をする                                      |

- 【第13回】 行動計画についてプレゼンテーションする①
- 【第14回】 行動計画についてプレゼンテーションする②、まとめ
- 【第15回】 GPS-Academic受検 ※春学期・秋学期ともに、第3回終了後、第4回までに受検できるよう、LMSによるオンデマンド配信を予定。