

キャリアデザイン1

科目ナンバー 0D101
総合基礎 選択 2単位

1. 授業の概要(ねらい)

近年就職活動の時期の早期化により、大学の早期にしっかりと自分の将来像を思い描くことが重要になってきています。生涯発達観点からも大学は、学校生活を離れて職業生活に入る移行期にあたり、キャリア発達のための非常に重要な時期です。

そこで本講義では、これからのキャリア形成について考えるために欠かすことのできない職業理解と自己理解をすすめていきます。それらの理解を深めることで、卒業後の自らのキャリア形成について考えていきます。

授業は講義形式だけでなく、個人探求型課題やグループワークを行うことで理解を深めていきます。この授業では、総合基礎科目の学修目標2に関する論理的批判的思考力・能動的な態度、および学修目標3に関する人文科学、社会科学、自然科学についての幅広い知識/分野をまたがる知識を習得します。

2. 授業の到達目標

本講義では、キャリアの意義を理解し、大学での学びと将来との関係性について考えることを通して、将来のイメージを明確化できるようになることを目指します。そのために、講義では、日本における社会経済状況や就職状況をふまえ、業界・業種・職種研究を進めます。さらに、自己理解では、自らの職業についての興味関心、働くことに関する価値観、自らの強み弱みなどを把握し、将来の職業選択に向けての準備を行います。

講義では、大学卒業後のキャリアについて個人で深く考察するとともに、場合によってはグループワークを行い、コミュニケーション能力の向上を目指します。

3. 成績評価の方法および基準

職業理解まとめ(30%)、自己理解まとめ(30%)、自己PRの作成(20%)、最終課題(20%)

各テーマでの学びをもとに、職業理解および自己理解のまとめを作成します。

講義内で自己PR作成および発表を行います。

最後の授業で全体に対するフィードバックを行います。

4. 教科書・参考文献

教科書

榎本和生・横山明子著 『大学生のためのライフキャリアデザイン』 [ISBN978-4-434-17841-2] (株)さんぽう、2013年

5. 準備学修の内容

自分のこれまでの大学生活を振り返り、力を入れて取り組んだことについて事前レポートを作成しよう。

日頃から家族や友人などと話すことを通して、職業に対する興味関心や、自分の強み・弱みについて把握しておきましょう。

また強み・弱みについてのリストを作成しましょう。

当該期間に30時間以上の予復習が必要です。

6. その他履修上の注意事項

・本講義は総合基礎科目(2単位)で、履修制限に含まれます。

・2年生のみ履修可能です。必修ではありませんができるだけ受講してください。

7. 授業内容

- 【第1回】 ガイダンスおよび2年生で重要な心構えについて
: 大学生活の過ごし方や目標を簡条書きにして授業に臨もう
- 【第2回】 キャリアデザインとは?
: 教科書pp7～30に目を通し、重要なキーワードをノートにまとめてこよう
- 【第3回】 大学生活をデザインする
: 教科書pp31～78に目を通し、重要なキーワードをノートにまとめてこよう
- 【第4回】 就職活動についての基礎知識(SPI模擬テストの受験)
: LMS「まなびの広場(職業能力模擬テスト)」を受けよう
- 【第5回】 職業理解① 日本の経済状況および産業構造について理解する
: ニュースや新聞などで現在の経済産業における課題を把握し、ノートにまとめてこよう
- 【第6回】 職業理解② 業界・業種・職種について理解する
: 興味のある業界の現状や将来性について調べ、レポートを作成しよう
- 【第7回】 職業理解③ 多様な働き方を理解する
: 一般的な職種や仕事内容にはどのようなものがあるか調べ、レポートを作成しよう
- 【第8回】 自己理解① 自らの職業興味について知る
: これまでに興味関心のある職業を簡条書きにして持参しよう
- 【第9回】 自己理解② 自らの働く際の価値観を知る
: 授業で明らかになった自身の価値観について、事後レポートを作成しよう
- 【第10回】 自己理解③ 自分史の作成(職業に対する興味関心の源泉を探る)
: 職業について興味を持ち始めたか、これまでの経験を振り返り、きっかけとなる出来事を簡条書きにしよう
- 【第11回】 自己表現① 自分の長所(強み)・短所(弱み)について知る・自己PRの作成方法
: 自らの強みを発揮したエピソードをいくつかノートに簡条書きにして授業に臨もう
- 【第12回】 自己表現② 自己PRの発表と評価
: 自らの強みが聞き手に伝わるか考えながら、作成した自己PRを何度も読み返し、修正しよう
- 【第13回】 自己表現③ 自己PR発表と評価および完成稿の作成
: コメントを踏まえて、完成稿を作成しよう
- 【第14回】 夏休みおよび2年生後期からの行動計画を立てよう
: 夏休みおよび2年生後期からの行動について、重要度・緊急度の観点からチェックリストを作成しよう
- 【第15回】 まとめ・テスト-将来の働くイメージを言語化する
: 希望する職種・業界についての自らの考えをノートにまとめて持参しよう