キャリアデザインⅠ　　井島 由佳

※実務経験のある教員による授業科目：単位数２

授業概要

キャリアカウンセラーとしての実務経験を活かし、大学に入学してこれからの４年間をどのように過ごすか、何を目標としていくかなど、大学生活を充実させるために、キャリアについて考えるための講義と演習を行います。キャリアデザインの意味と自分と大学、社会を捉え直しながら、主体的なCareerや生き方を検討する時間としていきます。

そして、キャリアカウンセリングやキャリアセミナーでの経験を踏まえ、自身の性格や行動パターンを知るための自己理解と自己認識についての手法を講義しながら、趣味や強みを把握し、それを伸ばす方法などを演習から考えられるよう指導をしていきます。

授業計画

第 1 回	オリエンテーション：授業の目的とねらいを確認し合意形成を図る、目標と夢の違い
第 2 回	人生（LIFE）とCareerを考える①：人生を創る、人生の広げ方
第 3 回	人生（LIFE）とCareerを考える②：人生の中における大学生活
第 4 回	自己理解と自己認識①：自分らしくとは何か、パーソナリティチェック、表と裏の自分
第 5 回	自己理解と自己認識②：行動パターン分析、好きなこと
第 6 回	自己理解と自己認識③：自己理解ワーク、強み・弱みの根っこ
第 7 回	社会が求める能力と発揮したい能力：能力開発は日頃からできる
第 8 回	ディスカッション①：ＳＮＳと生活、自分
第 9 回	世の中の動きと自分：自分の関わり方、関わりたいこと
第10回	迷ったときはYES①：自己効力感を高めよう
第11回	迷ったときはYES②：自己肯定感も上がる
第12回	ディスカッション②： ボランティアについて
第13回	リーダーシップとフォロワーシップ：ワンピースとドラえもん、ＮＡＲＵＴＯに学ぶ
第14回	セルフプレゼンテーション①：自分を表現する
第15回	セルフプレゼンテーション②：自分の考えを示す
第16回	最終課題レポート提出

到達目標

1．大学生時間をどのように使うのかを考え、自分これからの計画を考えることができる。
2．自分を多面的に検討する目を持ち、自分辞書を作成できる。
3．多くの人と目的を持った接し方をすることができ、感じたことを文章で表現することができる。

履修上の注意

- 自分と社会のことを考える時間とするためにワークを多く行い、毎時の課題もあります。
- 講義・演習とも相互作用のものであることから、遅刻は厳禁です。15分経過後は欠席とみなします。
- 出席者はWEBでふりかえりシート（アンケート＆課題）を行いますので、出席後に必ず入力してください。
- 提出物の期限は厳守です（延長なし）。
- 欠席を公欠扱いにするものは（フォロー対象）、「4年生の就職活動」「法定伝染病」のみであり、事前連絡の上、必ず証明書類等を提出してください（提出がない場合は認められません。忌引は応相談）。
- 欠席対応が認められたものは、別途課題の出し方を提示しますので期日までに提出してください。
- レポート課題はPCを使用して作成してください。
- 初回から出席課題があります（2-3回時から出席しても追っての課題は提出できません）。
- 授業中は指示のない限りスマートフォンなどモバイル機器は使用不可であり、机上や手元にあることを禁じます。

予習・復習

予習：前日までの１週間のニュースを新聞またはネットニュースを読み、気になるものをメモにしてくる。
復習：講義・演習の内容をノートにまとめる、ワークシート等を完成させる。

評価方法

- 授業への参加態度と授業時の小課題提出４０％
- 各ワークシート・課題等（提出方法含む）３０％
- 最終課題提出３０％

テキスト

- なし（授業時にPDFを配布します）