# 2024年度 キャリア教育科目群 講義概要(シラバス)



法政大学

# 科目一覧 [発行日: 2024/5/1] 最新版のシラバスは、法政大学Webシラバス (https://syllabus.hosei.ac.jp/) で確認してください。

# 凡例 その他属性

〈他〉: 他学部公開科目	〈グ	$\rangle$ :	グ	ロー	バル	<i>,</i> •	オ-	- プ	ンオ	科	E
--------------	----	-------------	---	----	----	------------	----	-----	----	---	---

〈優〉: 成績優秀者の他学部科目履修制度対象科目 〈実〉: 実務経験のある教員による授業科目

 $\langle S \rangle$ :  $\forall -r$ 

〈カ〉: サーティフィケートプログラム\_カーボンニュートラル

[A9810]	キャリアデザイン入門	[大八木 智一]	春学期授業/ <b>Spring</b>	1
[A9811]	キャリアデザイン入門	[髙橋 実] 春学	学期授業/Spring	3
[A9812]	キャリアデザイン入門	[大八木 智一]	春学期授業/ <b>Spring</b>	6
[A9813]	キャリアデザイン入門	[大八木 智一]	春学期授業/ <b>Spring</b>	8
[A9814]	キャリアデザイン入門	[宮木 あづさ]	春学期授業/ <b>Spring</b>	10
[A9815]	キャリアデザイン入門	[宮木 あづさ]	春学期授業/ <b>Spring</b>	12
[A9816]	キャリアデザイン入門	[大八木 智一]	春学期授業/ <b>Spring</b>	14
[A9817]	キャリアデザイン入門	[大八木 智一]	春学期授業/ <b>Spring</b>	16
[A9818]	キャリアデザイン入門	[大八木 智一]	春学期授業/ <b>Spring</b>	18
[A9819]	キャリアデザイン応用	[大八木 智一]	秋学期授業/ <b>Fall</b>	20
[A9820]	キャリアデザイン応用	[大八木 智一]	秋学期授業/ <b>Fall</b>	22
[A9821]	キャリアデザイン応用	[辰巳 哲子] 秒	k学期授業/ <b>Fall</b>	24
[A9822]	キャリアデザイン応用	[佐々木 梨華]	秋学期授業/Fall	26
[A9823]	キャリアデザイン応用	[大八木 智一]	秋学期授業/ <b>Fall</b>	28
[A9824]	キャリアデザイン応用	「大八木 智一]	秋学期授業/Fall	30

					, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
	00LG (キャリア教育/Career ed リアデザイン入門	ducation 100)	4	インターンシップ	インターンシップは大学に在学しながら社会人としての体験を
	木を智一				できる貴重な機会である。この インターンシップへの参加方法 について解説する(キャリアセ
曜日・	#期: <b>春学期授業</b> /Spring 時限: <b>火3/Tue.3</b>   キ (屋体条件等): <b>条</b> 麻学部の		5	働き方と多様性	ンター担当) これからの変化の激しい社会環 境において、自分自身を生かし ていくための働き方やさまざま
履修済	(機修朱代寺)・ <b>多岸子</b> 品V 5みの方は、本科目を履修 属性:〈未〉				な働き方について、とくに最近 の働き方環境の動向も踏まえて
	概要と目的(何を学ぶか)	)]	6	働くことの意味	考えていく。 働くとはどういうことなのか? これまでの主な労働論や労働観、
いて、一		- 大、②社会で働くということにつ - 人が学生生活を有意義に過ごせる			さまざまな記録にも触れながら、これからの時代の「働くということ」について考えていく。
授業の中 社会や値	中では、より長期的な人生 動くということについて基	。 を歩むうえで必要となる考え方や、 を本的な知見を提供します。これら るような姿勢を培うことが、この	7	これからの社会活動 とチームワーク	組織が社会的活動をする際に、 一定の成果をあげるためには チームワークが不可欠である。
【到達目	· · ·	5キフトンによファルチロ無ししゃ			ここではチームワークの特性を 分析したうえで、優れたチーム ワークの育み方を学ぶ。
す。受験 早く見つ	険を含む高校まででは、講 つける能力が求められてき	できるようになることを目標としま 果題が与えられ、正解をできるだけ ました。しかし社会では、自ら問 していく必要があります。また、誰	8	これからの組織と リーダーシップ	組織に必要なリーダーシップについて、それを支えるフォロワーシップ、チームワークにも
かが正角 でしょう	解を与えてくれるわけでも う。今日の正解が明日も正	ありません。正解も一つではない			触れつつ、その特性を整理し、 リーダーシップを育む方策を学 ぶ。
行動し約 回してv	売ける姿勢、言い換えれは いける基本的な力を身につ	r。大学の4年間では、考えながら KPDS (Plan,Do,See) サイクルを かけてほしいと思います。 シ。半年の間に、授業をきっかけに	9	思考のメカニズム	眼前のできごとに関して、その 本質を正しくとらえ、正しく考 え、正しく判断していくための 基礎的技術について、特にロジ
	か行動してみることを目指 <b>業を履修することで学部</b> 等	針しましょう。 <b>等のディプロマポリシーに示された</b>	10	<b>辛田油売も割加い</b> !	カルシンキング、クリティカルシンキングを重点に学ぶ。
	カを習得することができる された学習成果との関連)】	5か(該当授業科目と学位授与方針   	10	意思決定と認知バイ アス	わたしたちが直面するできごと の本質を正しく理解し、また合 理的に判断していくことを妨げ ている認知の歪み(認知バイア
	<b>進め方と方法】</b> 動向を考慮しながら参加型	<b>』の授業スタイルをできる限り取り</b>			ス) について学び、正しく意思 決定するための基礎を築く。
	対員や学生同士のコミュニ ウ、対話、レポートのフィ	ケーション機会を設けます (グルー 'ードバックなど)。	11	自己成長への行動と モチベーション	自分自身の成長やキャリア開発 を進めていくために「強味の活
あり/Y	es	、スカッション、ディベート等)の実施】 -			かし方」「心の持ち方」「動機付け」などの観点から、自分自身 の行動力を高めていく方策を考
【フィー なし/N	ルドワーク(学外での実 To	習等)の実施】	12	日常生活とメンタル	える。 社会生活や日常の生活を通じて
	画】授業形態:対面/face		12	ヘルス	生じるストレスの心身への悪影
回 1		内容 本科目の授業趣旨、授業の進め 方、求める参加態度、カリキュ ラム等について概要と本授業を			響を減らし、むしろストレスを も自分自身の生きる力に変換し ていく考え方について学び、心 身の健康を保つ工夫をする。
	1xx (- x ) 4	受講する意義について説明する。 また学生生活を送るにあたって 必要な支援を受けられる学内の	13	チャンスを広げるた めの行動様式の改革	偶然のできごとからチャンスの 芽をつかみ、自分でキャリアの 可能性を広げていくことができ
2	大学での学び	機関について紹介する。 大学とはどのような場なのか、 何のために大学で学ぶのか、大 学での基本的な学びの姿勢とは、	14	学生時代の過ごし方	る行動様式について4Sトランジション理論、プランドハプンスタンス理論から学んでいく。 春学期が終わろうとしているい
		大学の活用価値と活用方法につ いて考える。	14	→工両11,40/旭⊂ し万	ま、これから卒業までの3年半を どう過ごすかを考える。卒業ま
3	学生生活と就職の準備	就職が学生のキャリアのゴール ではないが、多くの学生が直面 する就職活動に関する基礎的な 情報を本学学生のデータを含め て提供する(キャリアセンター 担当)			でに成し遂げたいこと、それを成し遂げるためにどのような活動が必要かを具体的に議論する。

担当)

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されることを期待します。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

### 【参考書】

授業内において、必要に応じて副読本、参考文献等を紹介します。

### 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、課題レポートの総得点が満点の60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してください。

### 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

# 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

This class provides students with the basic knowledge they need to make the most of their college years and live a long life. The purpose of this class is to help you develop the ability to think and act on your own.

# [Learning Objectives]

You are required to have the ability to identify issues on your own, think of solutions to those issues, and continue to implement those ideas. During your four years at university, I would like you to acquire the ability to continue to act while thinking, or in other words, the basic ability to run the PDS (Plan, Do, See) cycle.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

[Grading Criteria/Policy]

# キャリアデザイン入門

# 髙橋 実

開講時期:**春学期授業**/Spring | 単位数:**2単位** 曜日・時限:**月2**/Mon.2 | キャンパス:市ヶ谷

備考(履修条件等): 多摩学部の学生で「キャリアデザイン論」を 履修済みの方は、本科目を履修することはできません。

その他属性:〈未〉

# 【授業の概要と目的(何を学ぶか)】

この授業では、①大学での過ごし方と②社会で働くということについて、一緒に考えることで、皆さんが学生生活を有意義に過ごせるよう支援していきたいと思います。

授業の中では、より長期的な人生を歩む上で必要となる考え方や、社会や働くということについての基本的な知見を提供します。これらを通じて、自分で考えて行動できるような姿勢を培うことが、この授業の目的です。

### 【到達目標】

自分の頭で考え、率先して行動できるようになることを目標とします。受験を含む高校まででは、課題が与えられ、正解を出来るだけ早く見つける能力が求められてきました。しかし社会では、自ら問題を発見し、解決に向けて行動していく必要があります。また、誰かが正解を与えてくれるわけではありません。正解も一つではないでしょう。今日の正解が明日も正しいとは限りません。

そのような中では、自ら課題をみつけ、解決策を考え、そして実行し続けていく姿勢が求められます。大学の4年間では、考えながら行動し続ける姿勢、言い換えれば PDS (Plan,Do, See) サイクルを回して行ける基本的な力を身につけてほしいと思います。

最初は小さな一歩で構いません。半年の間に、授業をきっかけにして、何か行動してみることを目指しましょう。

【この授業を履修することで学部等のディプロマポリシーに示された どの能力を習得することができるか (該当授業科目と学位授与方針 に明示された学習成果との関連)】

# 【授業の進め方と方法】

環境の動向を考慮しながら参加型の授業スタイルをできる限り取り入れ、教員や学生同士のコミュニケーション機会を設けます(グループワーク、対話、レポートのフィードバックなど)。

なお、初回の授業(第1回)は、オンデマンド授業(コンテンツ動画配信)で行います(登録者に学習支援システムを通じて案内します)。 対面型の授業以外に、学習支援システムやメールを積極的に活用しますので、受講期間は必ずチェックを行うようにしてください。

# ■課題等の提出

- ・学習支援システムを利用して行います。
- ・授業後のリアクションペーパーの提出、最終レポート、その他講師 が授業で指定した課題等の提出となります。

# ■フィードバック方法

- ・提出された課題については、学習支援システムを通じてフィード バックを行います。
- ・講師とのメールも活用してフィードバックを行います。
- ・提出された課題を、授業内で取り上げる場合があります。

# ■特別課題について

・授業計画以外に、本講義の目的に沿ってオンデマンド教材にて特別授業を行う場合があります。

# ■受講ルール

本授業の大きなテーマは「自立(自律)」です。そのため、授業内では「社会のルール」を適用します。(授業内で詳しく説明します。特に第1回のオリエンテーションは必ず視聴してください)

【アクティブラーニング(グループディスカッション、ディベート等)の実施】 あり / Yes

【フィールドワーク (学外での実習等) の実施】 なし/No

# 【授業計画】授業形態:対面/face to face

コ テーマ 内容

9

3

1 オリエンテーション 【オンデマンド授業(オンライン

による動画視聴》】多くの企業の 人事を歴任してきた現役の人事 パラレルワーカー(複業者)と して、講師自身のキャリアケー スをお話しします。また、授業 の内容、進め方、受講のルール など、この授業を通して何を学 ぶべきなのかをお伝えします。 併せて授業のルールなどの注意 事項についても説明します。

大学での学び 「大学でもっと多くのことを学ん

でおけば良かった」。多くの大人がそう考えています。大学は、キャリアの始まり。学び方も姿勢も大きく変えなければいけません。では、大学という場所では何を学び、何を活かしていくべきなのか。現役社会人の立場から皆さんに伝え、これからの大学での学び方を考えます。

大字での字の方を考えます。 社会に出るというト 大学を卒業すると、多くの皆さ

んが社会に出ていきます。このステップは、人生でも最大級のトランジション(変わり目)になります。そこで何が変わるのかを学び、自分自身のキャリアで何を考え、行動していくかを

解説します。

4 働くことの意味 「働く」意味の一つは「労働に対

する対価 (= 給料) を得る」というものですが、果たしてそれだけでいいのでしょうか? では「働きがい」とはどういうことでしょうか? 働くことは本当に辛いことなのでしょうか? 大人でも悩む「働く」というテーマを

考えます。

5 外部環境と個人の 世界はコロナ禍や不安定な国際

キャリア

ランジション

情勢などを通して大きく変化してきています。また、これからの日本は世界でも未曽有の少子化による労働人口減少に直面します。未来の日本でこれからどんなことが起こるのか? そして、その中でどのように生きていくべきなのか。皆さんを取り巻く社会の外部環境について解

説します。

6 働き方と多様性 女性は勿論、外国人、高齢者、

障害者、LGBTQなど、働く人も多様になってきており、これからの時代は働き方そのものが大きく変わります。企業の人事部長経験や現役の人事パラレルワーカー(複業者)の視点から、これからの社会の変わりゆく多様性の解説と、「多様性とは何か」を考えてもらいます。

7 なぜ企業は採用をす

るのか

なぜ企業は「採用」を行うので しょうか? 現役の人事だからこ そ話せる、企業がなぜ採用をす るのか、どんなことを考えて採 用を行っているのかを赤裸々に お話しします。働く場所となる 企業の考えを理解することで、 自分のこれからのキャリアを考 えてもらいます。 8 組織におけるコミュ 組織に属すると、周囲の人と必 ニケーション ずコミュニケーションを行って

ずコミュニケーションを行っていかればなりません。組織の目的は時としていたの目的は時としていたの目がないともあります。と付きでないとも多に出ると、好きでないとも多にいるないない。組織ではどのようでいるコミュニケーションニニケーションニティーらいます。

9 キャリアモデルケー ススタディ 【オンデマンド授業】現役で働いている社会人に、自身のキャリアと、キャリアを培ってきた想いなどをお話しいただきます。 そして、そのキャリアモデルをもとに、自分自身のこれからのキャリアを考えます。

10 「評価される」とはど 社会人になり、経験を重ね、スキ ういうことか ルやノウハウがつくと、立場が

ルやノウハウがつくと、立場が変わり、社会的責任が大きくなり、お給料も上がっていきます。そのキャリアプロセスでは常に「評価される」ということが行われます。「評価される」ということはどういうことなのかを解説を交えながら考えてもらいます。インターンシップとひとことで

11 インターンシップ インターンシップとひとことで (キャリアセンター担 言っても多様なタイプがあり、 当) それぞれに期待できる効果も異

それぞれに期待できる効果も異なります。インターンシップは大学に在学しながら社会人の体験ができる貴重な機会。本授業では大学キャリアセンター職員が先輩の事例や参加の注意点などを解説します。

12 ポストコロナのオン ライン時代に向けて やるべきこと コロナ禍で、世界中の環境が激変しました。それに伴いテクノロジーや働き方の変化は大きの追むことになりました。個人の自由度や選択肢は高まって高度化して厳しい時代に入ります。ポストコロナ時代の未来をみなさんが幸せに生きていくためにも分のこれからのキャリアについて考えます。

13 学生生活と就職の準 備 (キャリアセン ター担当) 就職はキャリアのゴールではないですが、大学生活に重なる就職活動とはどのようなものか、そのために準備しておくことを大学キャリアセンター職員が解説します。

14 学生生活の過ごし方

春学期が終わろうとしているいま、これから卒業までの3年半をどう過ごすかを考える。授業の総括や振り返りを通しながら、卒業までに成し遂げたいこと、それを成し遂げるためにどのような活動が必要かを考え、自分自身の主体的な行動計画を企画していきます。

(授業内容は変わることがあります)

# 【授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)】

本授業の準備学習・復習時間は、各2時間を標準とします。

毎回授業後に「リアクションペーパー」の提出課題があります。 また、復習のために、本授業の受講者は必ず「本授業専用のキャリ アマイノート」を準備し、毎回の授業の内容および感じたことを記 載してもらいます。

14回の授業のほか、オンデマンド教材による特別授業もあります(キャリアデザイン入門の他の講師とのコラボレーション特別授業など)。

なお、上記のほか、授業内で案内した書籍や、自主的なレポートは 積極的に受け付けます(自主的な取り組みは加点評価を行います。積 極的に取り組んでみてください)

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

授業で使用した資料等は、授業後に配布します。

### 【参考書】

授業内で、参考になる書籍を適宜案内します。積極的に読んでください。

### 【成績評価の方法と基準】

毎回授業後に提出してもらうリアクションペーパーが 70%。期末レポートが 30%の割合で評価します。また、平常点も加味します。皆さんの理解度を深めるため授業の8割の出席をしてください。

本授業は、授業の内容を通して「自らのキャリアと向き合う」ことを求めます。単に授業を聞くだけでなく、以下の点を授業後のリアクションペーパー、最終課題等では常に求めます。

### ①考察をする

「考察」とは「物事を明らかにするために調べて考えること」です。 授業で伝えた内容をもとに、さらに自分自身で「考察」してもらう ことが必要です。

②自分自身に向き合う

本授業は「自らのキャリアを考える」ことを主眼に置いています。授 業内容をもとに必ず自分自身に照らした考察を求めます。

③自身の行動に落とし込む

本授業で伝えた知見は、それをもとに自身の行動が変わることが必要です。具体的な行動目標を立てて実行することを求めます。

また、提出を求める課題以外でも、授業で案内した書籍を読んで自 分自身を振り返ったり、授業内容をもとに「行動した」レポートな どは、随時任意で提出することができます。その場合、提出内容を 精査した上で、加点評価として加味します。積極的に提出してくだ さい。

# 【学生の意見等からの気づき】

前年度からの変更はありません。

# 【学生が準備すべき機器他】

本授業専用「キャリアマイノート」を必ず事前準備して、毎回の授業に臨んでください。授業内で学んだこと、そして感じたことを積極的にキャリアマイノートに記載してください。そのための筆記用具は必ず持参してください。

授業内では、学習支援システムや相互チャットツールも活用します。 パソコンも持参してください。

また、第1回目の講義のほか、数回オンラインを活用した講義を行います。また、毎回の講義の情報や課題提出、コミュニケーションのために学習支援システムやメール等を積極的に活用します。そのため、パソコンおよびインターネット接続が必須になります。受講者の皆さんは準備し、随時チェックを行ってください。

# 【その他の重要事項】

# 【その他の重要事項 / Others】

本講義は「自分自身のキャリアを真剣に考えたい人」の受講を勧めます。

なぜなら、自分自身と向き合うためには、時間と熟慮が必要で、かなり厄介で面倒なプロセスだからです。本講義では、徹底的に自分自身と向き合ってもらうため、積極的な受講意識が必要になります(自分に向き合うことは決して楽ではありません)。

本気で自身のキャリアを考えたい人には、将来社会人になってから も活用できる知識とノウハウが身に着くはずです。

# ■講師プロフィール

新卒でJCB 入社、その後NTT、トヨタグループ企業で新規事業企画、営業などを歴任。その後40歳にして人事に転身。トヨタファイナンス、創業100年企業、IT 企業のHDE(現HENNGE)で人事部長を歴任。これまで2,000人を超える新卒学生と面接を行ってきている。

2018年から現職。「マイクロ人事部長」として、パラレルワーク(複業)を行って複数社の企業の組織改革や人事に携わっている。 現職の人事としてリアリティのあるキャリアデザイン講義となります。

https://www.dodadsj.com/content/180403\_takahashi/

# https://bizhint.jp/report/398484

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# [Course outline]

We will discuss your university life and work in society together.

I support you in having a great time in your university life.

The purpose of this class is to provide you with basic knowledge of concepts that are essential for a long-term life and working in society.

# [Learning Objectives]

Through this opportunity, the purpose of this lesson is to help you develop a good attitude that you can think and act on your own.

[Learning activities outside of the classroom]

Students will be required to read the relevant chapters from the text before and after every class meeting.

[Learning activities outside of the classroom]

Students must read the relevant chapters from the text before and after every class meeting.

You must spend 2 hours studying for each class meeting.

And students must prepare a notebook about their career in this class.

[Grading Criteria / Policy]

The following will determine your overall grade in the class.

- $\cdot$  short reports after each class meeting with a 70%
- $\cdot$  Reports for the term end : 30%

CAR10	00LG(キャリア教育 / Career e	ducation 100)	4	インターンシップ	インターンシップは大学に在学
	リアデザイン入門				しながら社会人としての体験を
+7	リアノリイン人门				できる貴重な機会である。この インターンシップへの参加方法
Ĭ					について解説する(キャリアセ
大八才	<b>卜 智一</b>				ンター担当)
開講時	期: <b>春学期授業/Spring</b>	単位数: <b>2単位</b>	5	働き方と多様性	これからの変化の激しい社会環
	時限:水3/Wed.3				境において、自分自身を生かし
備考(	履修条件等): <b>多摩学部の</b>	)学生で「キャリアデザイン論」を			ていくための働き方やさまざま
履修済	みの方は、本科目を履修	することはできません。			な働き方について、とくに最近
その他属	<b>属性:</b> 〈未〉				の働き方環境の動向も踏まえて
			6	働くことの意味	考えていく。 働くとはどういうことなのか?
【授業の	概要と目的(何を学ぶか)	)]	U	動くことの心外	これまでの主な労働論や労働観、
この授業	きでは、①大学での過ごし	方、②社会で働くということにつ			さまざまな記録にも触れながら、
		んが学生生活を有意義に過ごせる			これからの時代の「働くという
	<b>受していきたいと思います</b>				こと」について考えていく。
		を歩むうえで必要となる考え方や、 なかな知見を提供します。これら	7	これからの社会活動	組織が社会的活動をする際に、
		5年的な知兄を促供しまり。これら 5るような姿勢を培うことが、この		とチームワーク	一定の成果をあげるためには
授業の目		・るような安労で行うことが、こり			チームワークが不可欠である。 ここではチームワークの特性を
【到達目					分析したうえで、優れたチーム
-	· · •	できるようになることを目標としま			ワークの育み方を学ぶ。
		<b>果題が与えられ、正解をできるだけ</b>	8	これからの組織と	組織に必要なリーダーシップに
		ました。しかし社会では、自ら問		リーダーシップ	ついて、それを支えるフォロ
題を発見	し、解決に向けて行動し	ていく必要があります。また、誰			ワーシップ、チームワークにも
		ありません。正解も一つではない			触れつつ、その特性を整理し、
	。今日の正解が明日も正				リーダーシップを育む方策を学 ぶ。
		、つけ、解決策を考え、そして実行 ト。大学の4年間では、考えながら	9	思考のメカニズム	ふ。 眼前のできごとに関して、その
		『PDS(Plan,Do,See)サイクルを	Ü	70.9 400 77 2121	本質を正しくとらえ、正しく考
	いける基本的な力を身につ				え、正しく判断していくための
		。半年の間に、授業をきっかけに			基礎的技術について、特にロジ
して何か	<b>介動してみることを目指</b>	旨しましょう。			カルシンキング、クリティカル
【この授業	業を履修することで学部等	<b>等のディプロマポリシーに示された</b>	10	<b>美田油台上部加以</b> 了	シンキングを重点に学ぶ。
どの能力	]を習得することができる	か(該当授業科目と学位授与方針	10	意思決定と認知バイ アス	わたしたちが直面するできごと の本質を正しく理解し、また合
に明示さ	(れた学習成果との関連)			/ ^	理的に判断していくことを妨げ
					ている認知の歪み(認知バイア
	進め方と方法】				ス) について学び、正しく意思
		型の授業スタイルをできる限り取り			決定するための基礎を築く。
		ケーション機会を設けます(グルー	11	自己成長への行動と	自分自身の成長やキャリア開発
	、対話、レポートのフィ	7		モチベーション	を進めていくために「強味の活 かし方」「心の持ち方」「動機付
-		、スカッション、ディベート等)の実施】			け」などの観点から、自分自身
あり / <b>Y</b> €					の行動力を高めていく方策を考
	ルドワーク(学外での実	習等)の実施】			える。
なし/N			12	日常生活とメンタル	社会生活や日常の生活を通じて
_	画】授業形態:対面/face			ヘルス	生じるストレスの心身への悪影
<u>口</u>	テーマ	内容			響を減らし、むしろストレスを も自分自身の生きる力に変換し
1		本科目の授業趣旨、授業の進め 方、求める参加態度、カリキュ			も日が日昇の生さる力に変換していく考え方について学び、心
	授業になります	ラム等について概要と本授業を ラム等について概要と本授業を			身の健康を保つ工夫をする。
	325K1 = 34 7 54 7 1	受講する意義について説明する。	13	チャンスを広げるた	偶然のできごとからチャンスの
		また学生生活を送るにあたって		めの行動様式の改革	芽をつかみ、自分でキャリアの
		必要な支援を受けられる学内の			可能性を広げていくことができ
Ō	1.24.7	機関について紹介する。			る行動様式について4Sトランジ
2	大学での学び	大学とはどのような場なのか、			ション理論、プランドハプンス
		何のために大学で学ぶのか、大 学での基本的な学びの姿勢とは、	14	学生時代の過ごし方	タンス理論から学んでいく。 春学期が終わろうとしているい
		大学の活用価値と活用方法につ	17	1 上m   (v) /型 C し //	ま、これから卒業までの3年半を
		いて考える。			どう過ごすかを考える。卒業ま
3	学生生活と就職の準	就職が学生のキャリアのゴール			でに成し遂げたいこと、それを
	備	ではないが、多くの学生が直面			成し遂げるためにどのような活
		する就職活動に関する基礎的な			動が必要かを具体的に議論する。
		情報を本学学生のデータを含めて提供する。			
		て提供する(キャリアセンター 知当)			

担当)

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されることを期待します。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

### 【参考書】

授業内において、必要に応じて副読本、参考文献等を紹介します。

# 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、課題レポートの総得点が満点の<math>60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してください。

### 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

# 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

This class provides students with the basic knowledge they need to make the most of their college years and live a long life. The purpose of this class is to help you develop the ability to think and act on your own.

# [Learning Objectives]

You are required to have the ability to identify issues on your own, think of solutions to those issues, and continue to implement those ideas. During your four years at university, I would like you to acquire the ability to continue to act while thinking, or in other words, the basic ability to run the PDS (Plan, Do, See) cycle.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

# [Grading Criteria/Policy]

	2017				
CAR100I	LG(キャリア教育 / Career ed	ducation 100)	4	インターンシップ	インターンシップは大学に在学
	アデザイン入門	100/			しながら社会人としての体験を
479	77 91 2XII				できる貴重な機会である。この インターンシップへの参加方法
· 大八木	矢口				について解説する(キャリアセ
入八不	自一				ンター担当)
	:春学期授業/Spring		5	働き方と多様性	これからの変化の激しい社会環
	限:水4/Wed.4 ====================================	キャンバス:市ヶ <del>合</del> D学生で「キャリアデザイン論」を			境において、自分自身を生かし ていくための働き方やさまざま
		することはできません。			な働き方について、とくに最近
その他属情	性: 〈未〉				の働き方環境の動向も踏まえて
C 47 [E/A]	1 · (/N/		C	倒えるよの辛吐	考えていく。
【授業の概	要と目的(何を学ぶか)	)]	6	働くことの意味	働くとはどういうことなのか? これまでの主な労働論や労働観、
		方、②社会で働くということにつ			さまざまな記録にも触れながら、
		んが学生生活を有意義に過ごせる			これからの時代の「働くという
	していきたいと思います では、より長期的な人生	。 を歩むうえで必要となる考え方や、	7	これからの社会活動	こと」について考えていく。 組織が社会的活動をする際に、
		本的な知見を提供します。これら	1	とチームワーク	和極が任去的位動でする际に、 一定の成果をあげるためには
		るような姿勢を培うことが、この			チームワークが不可欠である。
授業の目的	. , -				ここではチームワークの特性を
【到達目標	-	こと フ レミ 10 よ フ ラ 1. チ 口 無 1. 1 よ			分析したうえで、優れたチーム ワークの育み方を学ぶ。
		できるようになることを目標としま 果題が与えられ、正解をできるだけ	8	これからの組織と	組織に必要なリーダーシップに
		ました。しかし社会では、自ら問		リーダーシップ	ついて、それを支えるフォロ
		ていく必要があります。また、誰			ワーシップ、チームワークにも
	を与えてくれるわけでも 今日の正解が明日も正	ありません。正解も一つではない			触れつつ、その特性を整理し、 リーダーシップを育む方策を学
		こしいこは限りません。 いつけ、解決策を考え、そして実行			<b>ぶ。</b>
		ト。大学の4年間では、考えながら	9	思考のメカニズム	眼前のできごとに関して、その
		PDS (Plan,Do,See) サイクルを			本質を正しくとらえ、正しく考 え、正しく判断していくための
		のけてほしいと思います。 シ。半年の間に、授業をきっかけに			を 基礎的技術について、特にロジ
	rg動してみることを目指 r動してみることを目指				カルシンキング、クリティカル
		<b>等のディプロマポリシーに示された</b>			シンキングを重点に学ぶ。
		か(該当授業科目と学位授与方針	10	意思決定と認知バイ アス	わたしたちが直面するできごと の本質を正しく理解し、また合
に明示され	1た学習成果との関連)】			, ,	理的に判断していくことを妨げ
					ている認知の歪み(認知バイア
	め方と方法】 nを考慮したがら参加刑	!の授業スタイルをできる限り取り			ス) について学び、正しく意思 決定するための基礎を築く。
		ケーション機会を設けます(グルー	11	自己成長への行動と	けんしょう 自分自身の成長やキャリア開発
	対話、レポートのフィ			モチベーション	を進めていくために「強味の活
【アクティブ	<b>゙</b> ラーニング(グループディ	′スカッション、ディベート等)の実施】			かし方」「心の持ち方」「動機付
あり/Yes					け」などの観点から、自分自身 の行動力を高めていく方策を考
	ドワーク(学外での実	習等)の実施】			える。
なし/No			12	日常生活とメンタル	社会生活や日常の生活を通じて
	】授業形態:対面/face テーマ	to face 内容		ヘルス	生じるストレスの心身への悪影 響を減らし、むしろストレスを
回 1		本科目の授業趣旨、授業の進め			も自分自身の生きる力に変換し
-		方、求める参加態度、カリキュ			ていく考え方について学び、心
	授業になります】	ラム等について概要と本授業を			身の健康を保つ工夫をする。
		受講する意義について説明する。 また学生生活を送るにあたって	13		偶然のできごとからチャンスの 芽をつかみ、自分でキャリアの
		必要な支援を受けられる学内の		めが打動物がかな事	可能性を広げていくことができ
		機関について紹介する。			る行動様式について4Sトランジ
2	大学での学び	大学とはどのような場なのか、			ション理論、プランドハプンス
		何のために大学で学ぶのか、大 学での基本的な学びの姿勢とは、	14	学生時代の過ごし方	タンス理論から学んでいく。 春学期が終わろうとしているい
		大学の活用価値と活用方法につ	17	) 上門 [(*/)週に 6/]	ま、これから卒業までの3年半を
		いて考える。			どう過ごすかを考える。卒業ま
3	学生生活と就職の準	就職が学生のキャリアのゴールではないが、名人の学生が専事			でに成し遂げたいこと、それを
	備	ではないが、多くの学生が直面 する就職活動に関する基礎的な			成し遂げるためにどのような活動が必要かを具体的に議論する。
		情報を本学学生のデータを含め			CALLERY MANUEL OF THE PROPERTY
		て提供する(キャリアセンター			
		扫示)			

担当)

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されることを期待します。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

### 【参考書】

授業内において、必要に応じて副読本、参考文献等を紹介します。

### 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、課題レポートの総得点が満点の60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してください。

### 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

# 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

This class provides students with the basic knowledge they need to make the most of their college years and live a long life. The purpose of this class is to help you develop the ability to think and act on your own.

# [Learning Objectives]

You are required to have the ability to identify issues on your own, think of solutions to those issues, and continue to implement those ideas. During your four years at university, I would like you to acquire the ability to continue to act while thinking, or in other words, the basic ability to run the PDS (Plan, Do, See) cycle.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

# [Grading Criteria/Policy]

キャリアデザイン入門

宮木 あづさ

開講時期:**春学期授業/Spring** | 単位数:**2単位** 曜日・時限:**金**4/Fri.4 | キャンパス:**市ヶ谷** 

備考(履修条件等):**多摩学部の学生で「キャリアデザイン論」を履修済みの方は、本科目を履修することはできません。** 

その他属性:〈未〉

【授業の概要と目的 (何を学ぶか)】

この授業では、①大学での過ごし方と②社会で働くということについて、一緒に考えることで、皆さんが学生生活を有意義に過ごせるよう支援していきたいと思います。

授業の中では、より長期的な人生を歩む上で必要となる考え方や、社会や働くということについての基本的な知見を提供します。これらを通じて、自分で考えて行動できるような姿勢を培うことが、この授業の目的です。

【到達目標】

自分の頭で考え、率先して行動できるようになることを目標とします。受験を含む高校まででは、課題が与えられ、正解を出来るだけ早く見つける能力が求められてきました。しかし社会では、自ら問題を発見し、解決に向けて行動していく必要があります。また、誰かが正解を与えてくれるわけではありません。正解も一つではないでしょう。今日の正解が明日も正しいとは限りません。

そのような中では、自ら課題をみつけ、解決策を考え、そして実行し続けていく姿勢が求められます。大学の4年間では、考えながら行動し続ける姿勢、言い換えれば PDS (Plan,Do,See) サイクルを回して行ける基本的な力を身につけてほしいと思います。

最初は小さな一歩で構いません。半年の間に、授業をきっかけにして、何か行動してみることを目指しましょう。

【この授業を履修することで学部等のディプロマポリシーに示された どの能力を習得することができるか (該当授業科目と学位授与方針 に明示された学習成果との関連)】

【授業の進め方と方法】

環境の動向を考慮しながら参加型の授業スタイルをできる限り取り入れ、教員や学生同士のコミュニケーション機会を設けます(グループワーク、対話、レポートのフィードバックなど)。

【アクティブラーニング(グループディスカッション、ディベート等)の実施】 あり / Yes

【フィールドワーク(学外での実習等)の実施】なし/No

【授業計画】授業形態:対面/face to face

回 テーマ 内容

第1回 オリエンテーション 本科目の授業主旨、授業計画、

進め方、成績評価方法、求められる参加態度等について概要を説明します。併せて、授業受講に必要なシステムの活用法、学生相談室やキャリアセンター等の窓口の利用法、学生生活上の注意事項などに関する情報の提

供を行います。

第2回 キャリア・キャリア

デザインに関する諸

理論

キャリアとは? キャリアデザインとは? 語源や定義、さまざまな捉え方を解説します。さらにキャリアデザインを学ぶ意義に

ついても考えていきます。 大学とはどういう場なのか、何

第3回 大学での学び 大学とはどういう場なのか、何 のために大学で学ぶのか、大学

の付加価値等について考えてい きます。また、大学での学び方 についても触れていきます。 第4回 自己理解と自分を伝 アセスメント活用し自分の特徴

える技術

についての理解(自己理解)を 深めていきます。自分の意見や 感情を伝える「アサーション」 を学び、今後実践できるように なること。落ち込んでもしなや かに立ち直る力を理解し養って

 いきます。

 学生と社会人
 社会人に対

社会人に求められていることとは? 学生とは何が異なるのだろう。それぞれの役割を比較し、社会人基礎力やライフスキルなどを理解することで、現在の自分の強みや将来にむけて強化すべき力を考えていきます。

第6回 学生生活と就職の準

働き方と多様性

インターンシップ

備

第5回

第7回

第8回

本学の学生は、卒業後の進路として9割が就職をします。就職がキャリアのゴールではないが、多くの学生が直面する就職活動がいつ頃から始まり、どのような準備が必要かを卒業生のデータを踏まえながらキャリアセン

ター職員が解説します。

変化の激しい社会において自分 らしく働くには、多様な選択が あります。労働の領域における ダイバーシティー(多様性)、多 様な雇用形態、パラレルキャリ

保な作用ル思、ハクレルギャリアなどについて考えていきます。 インターンシップとひとことで言っても多様なタイプがあり、

それぞれに期待できる効果も異なります。インターンシップは大学に在学しながら社会人としての体験を企業の内側から体感ができる貴重な機会です。本授業では窓口であるキャリアセンター職員が過去の先輩の事例や参加する際の注意点などを解説

します。

第9回 パーパスが企業と組 織に与える影響とは

ビジネスシーンでは「何のために組織や企業が存在するのか」「社員は何のために働いているのか」という「存在意義」を表す概念として使われています。こうしたパーパス=存在意義を重視する経営が国内外で注目を集めています。パーパスが求められる背景・導入プロセス。パーパスが企業ブランドや組織に与える影響について解説をしてい

目的・意図を表す「パーパス」。

きます。

第10回 やる気とモチベー

働くことの意味

ション

第11回

身の価値観の形成、やる気に影響を与えた出来事や人との出会いなど、モチベーションの源泉を見つけていきます。モチベーションを高め、維持する有効な考え方や方法も学んでいきます。

これまでの自分を振り返り、自

働く意味・働きがいとは何かを 考えていきます。自分の周りで 仕事をしている人(親、兄弟、親 戚など)にインタビューを実施 して、その結果を持ち寄り共有

します。身近な大人は、何のために働いているのかを議論し発表します。またアルバイトは就業経験としてどの程度の意味が

あるのかを考えてみます。

**—** 10 **—** 

第12回 プロフェッショナル 好きや得意を仕事にするのは理

のキャリア

好きや特息を仕事にするのは理想的なキャリア選択のひとつです。専門領域でプロフェッショナルとして活躍するには、自身で目標を設定し、掲げた目標やビジョンを実現するための努力、行動、セルフマネジメンが必要です。プロフェッショナルとは?を一緒に考えていきます。

第13回 グローバル人材とは

グローバル化社会で活躍する人材になるには、英語をはじめとした外国語の能力は確かに大切です。さらに異文化を理解する能力などが求められます。「グローバル人材」「グローバル化社会」について議論します。

第14回 学生生活の過ごし方

春学期が終わろうとしているいま、これから卒業までの3年半をどう過ごすかを考えていきます。卒業までに成し遂げたいことと、それを成し遂げるために書き出し「明日から取り体的に書き出し「明日から取り不力内で共有していきます。またどいくのが望ましいかについて考えていきます。

# 【授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)】

準備学習・復習時間は、各2時間を標準とします。

授業において事前課題を実施していただく回があります。事前課題 は、授業内及び学習支援システムにてお知らせします。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めない。学習支援システムにて資料を共有します。必要に応じてダウンロードやプリントアウトをして、学習に役立ててください。

# 【参考書】

授業の中で適宜指示をします。

# 【成績評価の方法と基準】

- ・毎回のリアクションペーパー提出=出席<35%>、授業への貢献=発言・発表・質問・課題レポートへの取り組み<25%>期末レポート<40%>、
- ・リアクションペーパーの提出をもって出席確認をします。各授業テーマについての理解度や新たな気づきなど、記述内容・論理構成・文字数・締切日までの提出等評価します。
- ・授業への貢献は、発言・発表・質問・レポートへの積極的な取り組 みや記述内容・姿勢等評価をいたします。

# 【学生の意見等からの気づき】

- ・昨年度の授業は、学生同士のグループディスカッション・学生と 担当教員との対話・社会で活躍するゲストスピーカーの講演と質疑 応答など、双方向のコミュニケーションを活発に行ってきました。
- ・学生の意見を踏まえて、今年度も、学生と教員・学生同士・学生と 先輩社会人との相互コミュニケーションを活発におこなう機会を引 き続き重視します。
- ・対面授業でも複数人数によるグループディスカッションを、実施したかったという意見がありました。対面では、履修人数・環境・状況等を考慮し、少人数グループの意見交換の実施。オンライン授業では、ブレイクアウトルームを活用した複数人数によるディスカッションを適宜実施する予定です。

# 【学生が準備すべき機器他】

- ・オンライン授業用の通信端末機器 (パソコンの使用を推奨します)
- 筆記用具
- ・本授業用の専用ノート (デジタルも可)
- ・課題・リアクションペーパーの提出は「学習支援システム」を通じて行う。

※他に必要なものがあれば、授業の中で適宜指示をします。

### 【その他の重要事項】

- ●各テーマの授業実施日や形態が変更になる可能性があります。各 回の授業テーマや形態の詳細は、逐次「学習支援システム」よりお 知らせします。
- ●課題・リアクションペーペー等における良いコメントは授業内で紹介し、さらなる議論に活かします。
- ●担当教員は、コンサルティングファーム、IT・メーカー企業にて 約20年以上にわたる人事部門での実務経験があります。現在はメー カーに勤務しています。
- ●企業や大学等で、社員や学生のキャリアカウンセリングを実施し、様々な個別相談にものってきました。相談件数は数千件に及びます。 フリーランスのキャリアコンサルタントとしても仕事を請け負っています。
- ●授業では、これまでの私自身の経験・ネットワークや企業・組織の実態なども共有し、社会に出ていく準備期間にあたる大学時代でのキャリアデザインの重要性などを伝えていきます。
- ●【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# ■ Course outline

This course introduces the concepts necessary for a long-term life, and basic knowledge of society and working.

Students are required to think about (1) how to spend at university and (2) working in society. It also enhances the skills needed to spend campus life meaningfully.

# ■ Learning Objectives ■

The aim of this course is to cultivate attitudes that you can think and act by yourself.

■ Learning activities outside of classroom

Before/after each class meeting, students will be expected to spend approx. four hours for each class meeting.

# ■ Grading Criteria /Policy ■

Your overall grade in the class will be decided based on the following

Short report: 35% Term-end examination: 40% and In-class contribution: 25%.

キャリアデザイン入門

宮木 あづさ

開講時期:春学期授業/Spring | 単位数:2単位 曜日・時限: 金5/Fri.5 キャンパス: 市ヶ谷

備考 (履修条件等): 多摩学部の学生で「キャリアデザイン論」を 履修済みの方は、本科目を履修することはできません。

その他属性:〈未〉

【授業の概要と目的(何を学ぶか)】

この授業では、①大学での過ごし方と②社会で働くということにつ いて、一緒に考えることで、皆さんが学生生活を有意義に過ごせる よう支援していきたいと思います。

授業の中では、より長期的な人生を歩む上で必要となる考え方や、社 会や働くということについての基本的な知見を提供します。これら を通じて、自分で考えて行動できるような姿勢を培うことが、この 授業の目的です。

【到達目標】

自分の頭で考え、率先して行動できるようになることを目標としま す。受験を含む高校まででは、課題が与えられ、正解を出来るだけ 早く見つける能力が求められてきました。しかし社会では、自ら問 題を発見し、解決に向けて行動していく必要があります。また、誰 かが正解を与えてくれるわけではありません。正解も一つではない でしょう。今日の正解が明日も正しいとは限りません。

そのような中では、自ら課題をみつけ、解決策を考え、そして実行 し続けていく姿勢が求められます。大学の4年間では、考えながら 行動し続ける姿勢、言い換えれば PDS (Plan, Do, See) サイクルを 回して行ける基本的な力を身につけてほしいと思います。

最初は小さな一歩で構いません。半年の間に、授業をきっかけにし て、何か行動してみることを目指しましょう。

【この授業を履修することで学部等のディプロマポリシーに示された どの能力を習得することができるか(該当授業科目と学位授与方針 に明示された学習成果との関連)】

【授業の進め方と方法】

環境の動向を考慮しながら参加型の授業スタイルをできる限り取り 入れ、教員や学生同士のコミュニケーション機会を設けます(グルー プワーク、対話、レポートのフィードバックなど)。

【アクティブラーニング(グループディスカッション、ディベート等)の実施】 あり/Yes

【フィールドワーク(学外での実習等)の実施】 なし/No

【授業計画】授業形態:対面/face to face

回 内容

第1回 オリエンテーション 本科目の授業主旨、授業計画、

> 進め方、成績評価方法、求めら れる参加態度等について概要を 説明します。併せて、授業受講 に必要なシステムの活用法、学 生相談室やキャリアセンター等 の窓口の利用法、学生生活上の 注意事項などに関する情報の提

供を行います。

キャリア・キャリア 第2回

デザインに関する諸

理論

キャリアとは? キャリアデザイ ンとは? 語源や定義、さまざま な捉え方を解説します。さらに キャリアデザインを学ぶ意義に

ついても考えていきます。 大学とはどういう場なのか、何

第3回 大学での学び のために大学で学ぶのか、大学

の付加価値等について考えてい きます。また、大学での学び方 についても触れていきます。

第4回 自己理解と自分を伝 アセスメント活用し自分の特徴

える技術

についての理解(自己理解)を 深めていきます。自分の意見や 感情を伝える「アサーション」 を学び、今後実践できるように なること。落ち込んでもしなや かに立ち直る力を理解し養って

いきます。 学生と社会人

社会人に求められていることと は? 学生とは何が異なるのだろ う。それぞれの役割を比較し、 社会人基礎力やライフスキルな どを理解することで、現在の自 分の強みや将来にむけて強化す べき力を考えていきます。

第6回 学生生活と就職の準

働き方と多様性

インターンシップ

借

第5回

第7回

第8回

本学の学生は、卒業後の進路と して9割が就職をします。就職 がキャリアのゴールではないが、 多くの学生が直面する就職活動 がいつ頃から始まり、どのよう な準備が必要かを卒業生のデー タを踏まえながらキャリアセン

ター職員が解説します。

変化の激しい社会において自分 らしく働くには、多様な選択が あります。労働の領域における ダイバーシティー (多様性)、多 様な雇用形態、パラレルキャリ アなどについて考えていきます。

インターンシップとひとことで 言っても多様なタイプがあり、 それぞれに期待できる効果も異 なります。インターンシップは

大学に在学しながら社会人とし ての体験を企業の内側から体感 ができる貴重な機会です。本授 業では 窓口であるキャリアセン ター職員が過去の先輩の事例や

参加する際の注意点などを解説

します。

パーパスが企業と組 第9回 織に与える影響とは

目的・意図を表す「パーパス」。 ビジネスシーンでは「何のため に組織や企業が存在するのかし 「社員は何のために働いているの か」という「存在意義」を表す 概念として使われています。こ うしたパーパス=存在意義を重 視する経営が国内外で注目を集 めています。パーパスが求めら れる背景・導入プロセス。パー パスが企業ブランドや組織に与 える影響について解説をしてい

きます。 やる気とモチベー これまでの自分を振り返り、自

ション

第10回

身の価値観の形成、やる気に影 響を与えた出来事や人との出会 いなど、モチベーションの源泉 を見つけていきます。モチベー ションを高め、維持する有効な 考え方や方法も学んでいきます。

働くことの意味 働く意味・働きがいとは何かを

考えていきます。自分の周りで 仕事をしている人(親、兄弟、親 戚など) にインタビューを実施 して、その結果を持ち寄り共有 します。身近な大人は、何のた めに働いているのかを議論し発 表します。またアルバイトは就 業経験としてどの程度の意味が

あるのかを考えてみます。

第11回

第12回 プロフェッショナル 好きや得意を仕事にするのは理

のキャリア

好きや特息を仕事にするのは理想的なキャリア選択のひとつです。専門領域でプロフェッショナルとして活躍するには、自身で目標を設定し、掲げた目標やビジョンを実現するための努力、行動、セルフマネジメンが必要です。プロフェッショナルとは?を一緒に考えていきます。

第13回 グローバル人材とは

グローバル化社会で活躍する人材になるには、英語をはじめとした外国語の能力は確かに大切です。さらに異文化を理解する能力などが求められます。「グローバル人材」「グローバル化社会」について議論します。

第14回 学生生活の過ごし方

春学期が終わろうとしているいま、これから卒業までの3年半をどう過ごすかを考えていきます。卒業までに成し遂げるためにとと、それを成し遂げるためにとさいるな活動が必要かを具体的に書き出し「明日から取り組むこと」を決め、グループ内で共有していきます。またどいのが望ましいかについて考えていきます。

# 【授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)】

準備学習・復習時間は、各2時間を標準とします。

授業において事前課題を実施していただく回があります。事前課題 は、授業内及び学習支援システムにてお知らせします。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めない。学習支援システムにて資料を共有します。必要に応じてダウンロードやプリントアウトをして、学習に役立ててください。

# 【参考書】

授業の中で適宜指示をします。

# 【成績評価の方法と基準】

- ・毎回のリアクションペーパー提出=出席<35%>、授業への貢献=発言・発表・質問・課題レポートへの取り組み<25%>期末レポート<40%>、
- ・リアクションペーパーの提出をもって出席確認をします。各授業テーマについての理解度や新たな気づきなど、記述内容・論理構成・文字数・締切日までの提出等評価します。
- ・授業への貢献は、発言・発表・質問・レポートへの積極的な取り組 みや記述内容・姿勢等評価をいたします。

# 【学生の意見等からの気づき】

- ・昨年度の授業は、学生同士のグループディスカッション・学生と 担当教員との対話・社会で活躍するゲストスピーカーの講演と質疑 応答など、双方向のコミュニケーションを活発に行ってきました。
- ・学生の意見を踏まえて、今年度も、学生と教員・学生同士・学生と 先輩社会人との相互コミュニケーションを活発におこなう機会を引 き続き重視します。
- ・対面授業でも複数人数によるグループディスカッションを、実施したかったという意見がありました。対面では、履修人数・環境・状況等を考慮し、少人数グループの意見交換の実施。オンライン授業では、ブレイクアウトルームを活用した複数人数によるディスカッションを適宜実施する予定です。

# 【学生が準備すべき機器他】

- ・オンライン授業用の通信端末機器 (パソコンの使用を推奨します)
- 筆記用具
- ・本授業用の専用ノート (デジタルも可)
- ・課題・リアクションペーパーの提出は「学習支援システム」を通じて行う。

※他に必要なものがあれば、授業の中で適宜指示をします。

### 【その他の重要事項】

- ●各テーマの授業実施日や形態が変更になる可能性があります。各 回の授業テーマや形態の詳細は、逐次「学習支援システム」よりお 知らせします。
- ●課題・リアクションペーペー等における良いコメントは授業内で紹介し、さらなる議論に活かします。
- ●担当教員は、コンサルティングファーム、IT・メーカー企業にて 約20年以上にわたる人事部門での実務経験があります。現在はメー カーに勤務しています。
- ●企業や大学等で、社員や学生のキャリアカウンセリングを実施し、様々な個別相談にものってきました。相談件数は数千件に及びます。 フリーランスのキャリアコンサルタントとしても仕事を請け負っています。
- ●授業では、これまでの私自身の経験・ネットワークや企業・組織の実態なども共有し、社会に出ていく準備期間にあたる大学時代でのキャリアデザインの重要性などを伝えていきます。
- ●【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# ■ Course outline

This course introduces the concepts necessary for a long-term life, and basic knowledge of society and working.

Students are required to think about (1) how to spend at university and (2) working in society. It also enhances the skills needed to spend campus life meaningfully.

# ■ Learning Objectives ■

The aim of this course is to cultivate attitudes that you can think and act by yourself.

■ Learning activities outside of classroom

Before/after each class meeting, students will be expected to spend approx. four hours for each class meeting.

# ■ Grading Criteria /Policy ■

Your overall grade in the class will be decided based on the following

Short report: 35% Term-end examination: 40% and In-class contribution: 25%.

	1100LG(キャリア教育 / Career ed	ducation 100)	4	インターンシップ	インターンシップは大学に在学 しながら社会人としての体験を
+ -	ャリアデザイン入門				できる貴重な機会である。この インターンシップへの参加方法
大八	木 智一				について解説する (キャリアセンター担当)
	時期: <b>春学期授業</b> /Spring ・時限: <b>火4</b> /Tue.4   キ		5	働き方と多様性	これからの変化の激しい社会環境において、自分自身を生かし
	(履修条件等): <b>多摩学部の</b> 済みの方は、本科目を履修	)学生で「キャリアデザイン論」を することはできません。			ていくための働き方やさまざま な働き方について、とくに最近
その作	也属性:〈未〉				の働き方環境の動向も踏まえて 考えていく。
	の概要と目的(何を学ぶか)	-	6	働くことの意味	働くとはどういうことなのか? これまでの主な労働論や労働観、
いて、	一緒に考えることで、皆さ	た、②社会で働くということにつ んが学生生活を有意義に過ごせる			さまざまな記録にも触れながら、 これからの時代の「働くという
	∑援していきたいと思います ○中では、より長期的な人生	-。 を歩むうえで必要となる考え方や、	7	これからの社会活動	こと」について考えていく。 組織が社会的活動をする際に、
		基本的な知見を提供します。これら こるような姿勢を培うことが、この		とチームワーク	一定の成果をあげるためには チームワークが不可欠である。
	目的です。				ここではチームワークの特性を
【 <b>到達</b> 】 自分の	· · · · ·	できるようになることを目標としま			分析したうえで、優れたチーム ワークの育み方を学ぶ。
す。受	験を含む高校まででは、誤	<b>果題が与えられ、正解をできるだけ</b>	8	これからの組織と リーダーシップ	組織に必要なリーダーシップに ついて、それを支えるフォロ
題を発	見し、解決に向けて行動し	ました。しかし社会では、自ら問 ていく必要があります。また、誰		, , , , ,	ワーシップ、チームワークにも
	E解を与えてくれるわけでも う。今日の正解が明日も正	ありません。正解も一つではない Eしいとは限りません。			触れつつ、その特性を整理し、 リーダーシップを育む方策を学
		→つけ、解決策を考え、そして実行 ト。大学の4年間では、考えながら	9	思考のメカニズム	ぶ。 眼前のできごとに関して、その
行動し	続ける姿勢、言い換えれば	ばPDS(Plan,Do,See)サイクルを		- •	本質を正しくとらえ、正しく考 え、正しく判断していくための
最初は		<ul><li>一、半年の間に、授業をきっかけに</li></ul>			基礎的技術について、特にロジ
	「か行動してみることを目指 ※業も屋体まることで学習				カルシンキング、クリティカル シンキングを重点に学ぶ。
どの能	力を習得することができる	等のディプロマポリシーに示された らか(該当授業科目と学位授与方針	10	意思決定と認知バイ アス	わたしたちが直面するできごと の本質を正しく理解し、また合
に明示	された学習成果との関連)]				理的に判断していくことを妨げている認知の歪み(認知バイア
	の進め方と方法】	11 a 15 21 a 1 a 1 a 1 a 1 a 1 a 1 a 1 a 1 a 1			ス) について学び、正しく意思
		型の授業スタイルをできる限り取り ケーション機会を設けます (グルー	11	自己成長への行動と	決定するための基礎を築く。 自分自身の成長やキャリア開発
	· ク、対話、レポートのフィ			モチベーション	を進めていくために「強味の活かし方」「心の持ち方」「動機付
【アクァ あり /		′スカッション、ディベート等)の実施】			け」などの観点から、自分自身
	ールドワーク(学外での実	習等)の実施】			の行動力を高めていく方策を考 える。
なし/ 【授業	No 計画】授業形態:対面/face	to face	12	日常生活とメンタル ヘルス	社会生活や日常の生活を通じて 生じるストレスの心身への悪影
口	テーマ	内容			響を減らし、むしろストレスをも自分自身の生きる力に変換し
1	- · ·	方、求める参加態度、カリキュ			ていく考え方について学び、心
	授業になります】	ラム等について概要と本授業を 受講する意義について説明する。	13	チャンスを広げるた	身の健康を保つ工夫をする。 偶然のできごとからチャンスの
		また学生生活を送るにあたって 必要な支援を受けられる学内の		めの行動様式の改革	芽をつかみ、自分でキャリアの 可能性を広げていくことができ
	L.W. 5 - Wash	機関について紹介する。			る行動様式について4Sトランジ
2	大学での学び	大学とはどのような場なのか、 何のために大学で学ぶのか、大			ション理論、プランドハプンス タンス理論から学んでいく。
		学での基本的な学びの姿勢とは、 大学の活用価値と活用方法につ	14	学生時代の過ごし方	春学期が終わろうとしているいま、これから卒業までの <b>3</b> 年半を
0	<b>兴压压江江小崎</b> 不平	いて考える。			どう過ごすかを考える。卒業ま
3	学生生活と就職の準 備	就職が学生のキャリアのゴール ではないが、多くの学生が直面			でに成し遂げたいこと、それを 成し遂げるためにどのような活
		する就職活動に関する基礎的な 情報を本学学生のデータを含め			動が必要かを具体的に議論する。
		て提供する(キャリアセンター 担当)			

担当)

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されることを期待します。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

### 【参考書】

授業内において、必要に応じて副読本、参考文献等を紹介します。

### 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、課題レポートの総得点が満点の60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してくだ

### 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

# 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

This class provides students with the basic knowledge they need to make the most of their college years and live a long life. The purpose of this class is to help you develop the ability to think and act on your own.

# [Learning Objectives]

You are required to have the ability to identify issues on your own, think of solutions to those issues, and continue to implement those ideas. During your four years at university, I would like you to acquire the ability to continue to act while thinking, or in other words, the basic ability to run the PDS (Plan, Do, See) cycle.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

[Grading Criteria/Policy]

	00LG (キャリア教育/Career e リアデザイン入門	ducation 100)	4	インターンシップ	インターンシップは大学に在学 しながら社会人としての体験を できる貴重な機会である。この インターンシップへの参加方法
大八	木 智一				について解説する(キャリアセ
曜日	持期: <b>春学期授業/Spring</b> · 時限: <b>月3/Mon.3</b> │ ⇒ 〈履修条件等〉: <b>属性:</b> 〈未〉		5	働き方と多様性	ンター担当) これからの変化の激しい社会環境において、自分自身を生かしていくための働き方やさまざまな働き方について、とくに最近の働き方環境の動向も踏まえて考えていく。
この授 いて、 よう支	一緒に考えることで、皆さ 爰していきたいと思います	・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	6	働くことの意味	働くとはどういうことなのか? これまでの主な労働論や労働観、 さまざまな記録にも触れながら、 これからの時代の「働くという こと」について考えていく。
を通じ 授業の 【 <b>到達</b> 目	て、自分で考えて行動でき 目的です。 標】	基本的な知見を提供します。これら さるような姿勢を培うことが、この できるようになることを目標としま	7	これからの社会活動 とチームワーク	組織が社会的活動をする際に、 一定の成果をあげるためには チームワークが不可欠である。 ここではチームワークの特性を 分析したうえで、優れたチーム
す。受 早く見: 題を発 かが正り でしょ	験を含む高校まででは、訳 つける能力が求められてき 見し、解決に向けて行動し 解を与えてくれるわけでも う。今日の正解が明日も┒	果題が与えられ、正解をできるだけ きました。しかし社会では、自ら問 していく必要があります。また、誰 っありません。正解も一つではない	8	これからの組織と リーダーシップ	ワークの育み方を学ぶ。 組織に必要なリーダーシップに ついて、それを支えるフォロ ワーシップ、チームワークにも 触れつつ、その特性を整理し、 リーダーシップを育む方策を学
行動した回してい最初は	続ける姿勢、言い換えれば いける基本的な力を身につ	し。半年の間に、授業をきっかけに	9	思考のメカニズム	ぶ。 眼前のできごとに関して、その 本質を正しくとらえ、正しく考 え、正しく判断していくための 基礎的技術について、特にロジ
どの能:		等のディプロマポリシーに示された らか(該当授業科目と学位授与方針 】	10	意思決定と認知バイ アス	カルシンキング、クリティカル シンキングを重点に学ぶ。 わたしたちが直面するできごと の本質を正しく理解し、また合
環境の 入れ、教		型の授業スタイルをできる限り取り ケーション機会を設けます (グルー ケードバックなど)。	11	自己成長への行動と	理的に判断していくことを妨げている認知の歪み(認知バイアス)について学び、正しく意思決定するための基礎を築く。 自分自身の成長やキャリア開発
あり/ <b>\</b> 【フィー	<sup>Zes</sup> ·ルドワーク(学外での実	(スカッション、ディベート等) の実施】 習等) の実施】		モチベーション	を進めていくために「強味の活かし方」「心の持ち方」「動機付け」などの観点から、自分自身の行動力を高めていく方策を考
なし/I 【授業計 回 1	<b>・画】</b> 授業形態:対面/face テーマ オリエンテーション	to face 内容 本科目の授業趣旨、授業の進め 方、求める参加態度、カリキュ ラム等について概要と本授業を 受講する意義について説明する。	12	日常生活とメンタル ヘルス	える。 社会生活や日常の生活を通じて 生じるストレスの心身への悪影 響を減らし、むしろストレスを も自分自身の生きる力に変換し ていく考え方について学び、心 身の健康を保つ工夫をする。
2	大学での学び	また学生生活を送るにあたって 必要な支援を受けられる学内の 機関について紹介する。 大学とはどのような場なのか、 何のために大学で学ぶのか、大	13	チャンスを広げるた めの行動様式の改革	可能性を広げていくことができ る行動様式について4Sトランジ ション理論、プランドハプンス
3	学生生活と就職の準 備	学での基本的な学びの姿勢とは、 大学の活用価値と活用方法について考える。 就職が学生のキャリアのゴールではないが、多くの学生が直面する就職活動に関する基礎的な情報を本学学生のデータを含めて提供する(キャリアセンター担当)	14	学生時代の過ごし方	タンス理論から学んでいく。 春学期が終わろうとしているいま、これから卒業までの3年半を どう過ごすかを考える。卒業ま でに成し遂げたいこと、それを 成し遂げるためにどのような活 動が必要かを具体的に議論する。

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されることを期待します。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

### 【参考書】

授業内において、必要に応じて副読本、参考文献等を紹介します。

# 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、課題レポートの総得点が満点の60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してください。

### 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

# 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

This class provides students with the basic knowledge they need to make the most of their college years and live a long life. The purpose of this class is to help you develop the ability to think and act on your own.

# [Learning Objectives]

You are required to have the ability to identify issues on your own, think of solutions to those issues, and continue to implement those ideas. During your four years at university, I would like you to acquire the ability to continue to act while thinking, or in other words, the basic ability to run the PDS (Plan, Do, See) cycle.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

# [Grading Criteria/Policy]

	CAR100LG(キャリア教育/Career e キャリアデザイン入門	ducation 100)	4	インターンシップ	インターンシップは大学に在学 しながら社会人としての体験を できる貴重な機会である。この インターンシップへの参加方法
[ ;	大八木 智一				について解説する(キャリアセ
E fo	開講時期: <b>春学期授業/Spring</b> 翟日・時限: <b>月4/Mon.4</b>   ⇒ 備考(履修条件等): その他属性:〈未〉		5	働き方と多様性	ンター担当) これからの変化の激しい社会環境において、自分自身を生かしていくための働き方やさまざまな働き方について、とくに最近の働き方環境の動向も踏まえて考えていく。
こいよ	て、一緒に考えることで、皆さ う支援していきたいと思います	ン方、②社会で働くということにつ さんが学生生活を有意義に過ごせる	6	働くことの意味	働くとはどういうことなのか? これまでの主な労働論や労働観、 さまざまな記録にも触れながら、 これからの時代の「働くという こと」について考えていく。
を授	通じて、自分で考えて行動でき 業の目的です。 <b>  達目標 </b>	基本的な知見を提供します。これら きるような姿勢を培うことが、この できるようになることを目標としま	7	これからの社会活動 とチームワーク	組織が社会的活動をする際に、 一定の成果をあげるためには チームワークが不可欠である。 ここではチームワークの特性を 分析したうえで、優れたチーム
す早題かでそ	。受験を含む高校まででは、記 く見つける能力が求められてき を発見し、解決に向けて行動し が正解を与えてくれるわけでも しょう。今日の正解が明日も』 のような中では、自ら課題をあ	果題が与えられ、正解をできるだけ きました。しかし社会では、自ら問 していく必要があります。また、誰 らありません。正解も一つではない Eしいとは限りません。 みつけ、解決策を考え、そして実行	8	これからの組織と リーダーシップ	ワークの育み方を学ぶ。 組織に必要なリーダーシップに ついて、それを支えるフォロ ワーシップ、チームワークにも 触れつつ、その特性を整理し、 リーダーシップを育む方策を学
行 回 最	動し続ける姿勢、言い換えれば していける基本的な力を身につ	<ul><li>、半年の間に、授業をきっかけに</li></ul>	9	思考のメカニズム	ぶ。 眼前のできごとに関して、その 本質を正しくとらえ、正しく考 え、正しく判断していくための 基礎的技術について、特にロジ
ع		等のディプロマポリシーに示された らか(該当授業科目と学位授与方針 】	10	意思決定と認知バイ アス	カルシンキング、クリティカル シンキングを重点に学ぶ。 わたしたちが直面するできごと の本質を正しく理解し、また合
環.		型の授業スタイルをできる限り取り ケーション機会を設けます (グルー ィードバックなど)。	11	自己成長への行動と	理的に判断していくことを妨げている認知の歪み(認知バイアス)について学び、正しく意思決定するための基礎を築く。 自分自身の成長やキャリア開発
あ	り / Yes フィールドワーク(学外での実	(スカッション、ディベート等) の実施】 習等) の実施】		モチベーション	を進めていくために「強味の活かし方」「心の持ち方」「動機付け」などの観点から、自分自身の行動力を高めていく方策を考
	オリエンテーション	to face 内容 本科目の授業趣旨、授業の進め 方、求める参加態度、カリキュ ラム等について概要と本授業を 受講する意義について説明する。	12	日常生活とメンタル ヘルス	える。 社会生活や日常の生活を通じて 生じるストレスの心身への悪影 響を減らし、むしろストレスを も自分自身の生きる力に変換し ていく考え方について学び、心 身の健康を保つ工夫をする。
2	大学での学び	また学生生活を送るにあたって 必要な支援を受けられる学内の 機関について紹介する。 大学とはどのような場なのか、 何のために大学で学ぶのか、大	13	チャンスを広げるた めの行動様式の改革	可能性を広げていくことができ る行動様式について4Sトランジ ション理論、プランドハプンス
3	学生生活と就職の準 備	学での基本的な学びの姿勢とは、 大学の活用価値と活用方法について考える。 就職が学生のキャリアのゴールではないが、多くの学生が直面する就職活動に関する基礎的な情報を本学学生のデータを含めて提供する(キャリアセンター担当)	14	学生時代の過ごし方	タンス理論から学んでいく。 春学期が終わろうとしているいま、これから卒業までの3年半を どう過ごすかを考える。卒業ま でに成し遂げたいこと、それを 成し遂げるためにどのような活動が必要かを具体的に議論する。

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されることを期待します。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

### 【参考書】

授業内において、必要に応じて副読本、参考文献等を紹介します。

# 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、課題レポートの総得点が満点の60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してください。

### 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

# 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

This class provides students with the basic knowledge they need to make the most of their college years and live a long life. The purpose of this class is to help you develop the ability to think and act on your own.

# [Learning Objectives]

You are required to have the ability to identify issues on your own, think of solutions to those issues, and continue to implement those ideas. During your four years at university, I would like you to acquire the ability to continue to act while thinking, or in other words, the basic ability to run the PDS (Plan, Do, See) cycle.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

# [Grading Criteria/Policy]

# キャリアデザイン応用

### 大八木 智一

開講時期:**秋学期授業/Fall** 単位数:2単位 曜日・時限:水4/Wed.4 | キャンパス:市ヶ谷

備考 (履修条件等): その他属性:〈優〉〈未〉

# 【授業の概要と目的(何を学ぶか)】

この授業では、わたしたちのこれからの「ワークスタイル」と「ラ イフスタイル」に焦点を当てて考え、これからの社会を生きていく わたしたちのキャリアデザインのあり方を考えていくことを授業の 目的とします。

この授業の受講を通じて、残された大学生活の時間の使い方、行動 の仕方を自分自身で有効にプロデュースしていくための素養を身に つけていくことも大切な作業です。そのために、各自のキャリアを デザインしていくうえで考えておくべき多様な視点を提供し、それ らを考慮に入れた各人の戦略的なキャリアデザインが構築できるよ うに支援していきます。

### 【到達日標】

この授業を通じて、これから長い人生となる皆さんが、自分たちの 思い描く人生にできるだけ近づけるようになるための基本的な態度 と構想力を身につけることが到達目標です。特にこの授業では、近 年変わりつつある「ワークスタイル」と「ライフスタイル」に焦点 を当てているので、本授業の受講を通じて、皆さんが自分自身の生 き方や働き方に関して少しでも具体的にイメージできるようになり、 それが皆さんなりのキャリアデザインを検討していくうえで活かせ るようになることを目指します。

最初は小さな一歩でも構いません。半年の間に、この授業をきっかけ として、自分自身で何か行動を起こしてみることを目指しましょう。

【この授業を履修することで学部等のディプロマポリシーに示された どの能力を習得することができるか(該当授業科目と学位授与方針 に明示された学習成果との関連)】

# 【授業の進め方と方法】

- ・この授業は教室での対面授業です。
- ・毎回の授業(第1回授業を除く)で小レポート(300字程度)の提 出が必要です。小レポート作成のために授業時間中に作業時間を確 保し、教室で学習支援システム上にレポートを提出します。
- ・レポートの成果は、後日の授業内で総体フィードバックされます。

【アクティブラーニング(グループディスカッション、ディベート等)の実施】 あり/Yes

【フィールドワーク(学外での実習等)の実施】 なし/No

# 【授業計画】授業形態:対面/face to face

回

1 オリエンテーション 本講義の目的、達成目標、授業

の進め方、成績評価方法の周知、 授業に臨む姿勢について概要を

説明する。

戦争・紛争の頻発、気候変動、 宮音 2

「わたしたちは、どの ような世界で生きよ

資本主義の歪み、民主主義の限 界、専制主義の台頭、環境破壊、 うとしているのか?」 経済格差の拡大、貧困の拡大な どが顕著な現代社会の現状を考

える。

ワークスタイルを考 3

える(1)

「第4次産業革命と働 き方改革し

これからの時代における働き方、 生活の仕方、生き方を考えるう えで基礎的な知識のひとつとな る働き方の変遷について、いわ ゆる第4次産業革命以降の働き 方の変化について振り返る。

4 2 B(2) ランス」

ワークスタイルを考

5

6

ワークスタイルを考 年齢や性別や職業を問わず、し ごととプライベートを両立、調 「ワーク・ライフ・バ 和させて相乗効果を生み出し、 人生の質を高めることを目標に

するワーク・ライフ・バランス に関する基礎的な概念を学ぶ。 しごとをする場所を自由に、効

率的に選択し、自分自身にとっ て働きやすいワークスタイルを 「テレワークとワー ケーション 実現することが可能なテレワー クという働き方の特徴や課題に

ついて事例を交えて学んでいく。 革新的な技術やビジネスモデル ワークスタイルを考 を持ち、社会に新しい価値をも える(4) 「スタートアップで働 たらしながら成長する企業群で はたらくことによる自己への挑 くということし

戦を考える。

ワークスタイルを考 7 える(5)

> 「起業と複業と越境 と」

ただ「雇われるだけ」の働き方 を越え、これからのわれわれの 働き方に変化をもたらす、しご とへの取り組み方について理解 を深めていく。

8 ワークスタイルを考 える⑥

「ダイバーシティー」

組織内の人材ダイバーシティを 意図的に推進する動きが活発化 している。このような動きの基 本的な考え方とわれわれの対応

ライフスタイルを考 9 える① 「個人の幸福としご と」

じぶんにとっての幸福とはどの ようなものか? しごとを通じた 自分自身の幸福の追求を可能に するにはどうしたらよいかを考 えてみる。

の仕方について学ぶ。

ライフスタイルを考 10 える② 「ともだち関係の構築

と恋愛 |

11

14

ともだちって大切な存在か? 信 頼できる友達関係を築くために 必要なことは? 現代における恋 愛の諸相と自分のキャリアにお

ける恋愛を考える。 ライフスタイルを考 人生の一大イベントである結婚

える(3) 「結婚と家族と子育 と、結婚によって築かれる家族 の現代における状況についての 理解を深めるとともに、われわ れの社会における子育てに関す るいくつかの課題について考え ていく。

ライフスタイルを考 12 える④

て」

社会的「性」であるジェンダー についての理解を深め、家庭内、 「ジェンダー」 職場、社会におけるジェンダー ギャップに気付き、われわれは

> どのように対処すべきかを考え る。

13 ライフスタイルを考 える⑤

「ライフコースとトラ ンジション

わたしたちが一生に辿るライフ コースに関する理解を深め、ま た一生の間に何度かある大きな トランジション(転換期)の特 徴と、その乗り越え方について

考えていく。

「人生の経営と行動様 式の変革に向けて」

終音

人を仮に企業体と考え、自分自 身の人生を「経営」するという 観点に立ってキャリアデザイン を考えてみる。また、自分の人 生目標の達成の可能性をより高 めていくための行動様式の変革 の必要性について言及していく。

# 【授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)】

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義 時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益 な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに 目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による 自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されるこ とを期待します。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

### 【参考書】

授業内で都度紹介します。

# 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、提出した課題レポートの総得点がすべての課題レポートを提出した際の満点の60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してください。

# 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

### 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が 教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラス を2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受 講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって 受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の 仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講で きません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

The purpose of this class is to focus on our future "work style" and "lifestyle" and to think about how to design our careers in order to live in the future society. Masu. By taking this class, I hope that you will be able to think about how to use the time you have left in your university life, how to act, and acquire the knowledge that will enable you to effectively create your own future.

# [Learning Objectives]

The goal of this class is to help you acquire the basic way of thinking, the ability to take action, and the ability to plan so that your long life can come as close as possible to the life you envision. Through taking this class, we aim to help you get a concrete image of your own work style and lifestyle, and to be able to utilize this when thinking about your own career design.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

[Grading Criteria/Policy]

Evaluation will be based on the total score of the assignment report given at each class (100%). Only assignment reports submitted within the indicated deadline will be considered for evaluation. Accepted assignment reports will be evaluated based on three elements: originality of written content, logical structure, and accuracy of written expression. To receive credits, you must obtain a score (total score of the submitted assignment report) of 60% or more of the total score (full score) of the assigned assignment report that you were asked to submit.

# キャリアデザイン応用

### 大八木 智一

開講時期:**秋学期授業/Fall** 単位数:2単位 曜日・時限:水3/Wed.3 | キャンパス:市ヶ谷

備考 (履修条件等): その他属性:〈優〉〈未〉

# 【授業の概要と目的(何を学ぶか)】

この授業では、わたしたちのこれからの「ワークスタイル」と「ラ イフスタイル」に焦点を当てて考え、これからの社会を生きていく わたしたちのキャリアデザインのあり方を考えていくことを授業の 目的とします。

この授業の受講を通じて、残された大学生活の時間の使い方、行動 の仕方を自分自身で有効にプロデュースしていくための素養を身に つけていくことも大切な作業です。そのために、各自のキャリアを デザインしていくうえで考えておくべき多様な視点を提供し、それ らを考慮に入れた各人の戦略的なキャリアデザインが構築できるよ うに支援していきます。

### 【到達日標】

この授業を通じて、これから長い人生となる皆さんが、自分たちの 思い描く人生にできるだけ近づけるようになるための基本的な態度 と構想力を身につけることが到達目標です。特にこの授業では、近 年変わりつつある「ワークスタイル」と「ライフスタイル」に焦点 を当てているので、本授業の受講を通じて、皆さんが自分自身の生 き方や働き方に関して少しでも具体的にイメージできるようになり、 それが皆さんなりのキャリアデザインを検討していくうえで活かせ るようになることを目指します。

最初は小さな一歩でも構いません。半年の間に、この授業をきっかけ として、自分自身で何か行動を起こしてみることを目指しましょう。

【この授業を履修することで学部等のディプロマポリシーに示された どの能力を習得することができるか(該当授業科目と学位授与方針 に明示された学習成果との関連)】

# 【授業の進め方と方法】

- ・この授業は教室での対面授業です。
- ・毎回の授業(第1回授業を除く)で小レポート(300字程度)の提 出が必要です。小レポート作成のために授業時間中に作業時間を確 保し、教室で学習支援システム上にレポートを提出します。
- ・レポートの成果は、後日の授業内で総体フィードバックされます。

【アクティブラーニング(グループディスカッション、ディベート等)の実施】 あり/Yes

【フィールドワーク(学外での実習等)の実施】 なし/No

# 【授業計画】授業形態:対面/face to face

回

1 オリエンテーション 本講義の目的、達成目標、授業

の進め方、成績評価方法の周知、 授業に臨む姿勢について概要を

説明する。

える。

宮音 2 「わたしたちは、どの

ような世界で生きよ

戦争・紛争の頻発、気候変動、 資本主義の歪み、民主主義の限 界、専制主義の台頭、環境破壊、 うとしているのか?」経済格差の拡大、貧困の拡大な どが顕著な現代社会の現状を考

ワークスタイルを考 3

える(1)

「第4次産業革命と働 き方改革し

これからの時代における働き方、 生活の仕方、生き方を考えるう えで基礎的な知識のひとつとな る働き方の変遷について、いわ ゆる第4次産業革命以降の働き 方の変化について振り返る。

ワークスタイルを考 年齢や性別や職業を問わず、し 4 2 B(2)

5

6

「ワーク・ライフ・バ 和させて相乗効果を生み出し、 ランス」

ワークスタイルを考

ケーション

人生の質を高めることを目標に

ごととプライベートを両立、調

するワーク・ライフ・バランス に関する基礎的な概念を学ぶ。 しごとをする場所を自由に、効

率的に選択し、自分自身にとっ て働きやすいワークスタイルを 「テレワークとワー 実現することが可能なテレワー クという働き方の特徴や課題に

ついて事例を交えて学んでいく。 ワークスタイルを考 革新的な技術やビジネスモデル を持ち、社会に新しい価値をも 「スタートアップで働 たらしながら成長する企業群で はたらくことによる自己への挑

> 戦を考える。 ただ「雇われるだけ」の働き方

ワークスタイルを考 7 える(5)

くということし

える(4)

「起業と複業と越境 と」

を越え、これからのわれわれの 働き方に変化をもたらす、しご とへの取り組み方について理解 を深めていく。

8 ワークスタイルを考 える⑥

「ダイバーシティー」

組織内の人材ダイバーシティを 意図的に推進する動きが活発化 している。このような動きの基 本的な考え方とわれわれの対応

の仕方について学ぶ。

9 ライフスタイルを考 える① 「個人の幸福としご と」

じぶんにとっての幸福とはどの ようなものか? しごとを通じた 自分自身の幸福の追求を可能に するにはどうしたらよいかを考 えてみる。

ライフスタイルを考 10 える②

「ともだち関係の構築 と恋愛|

ともだちって大切な存在か? 信 頼できる友達関係を築くために 必要なことは? 現代における恋 愛の諸相と自分のキャリアにお

ける恋愛を考える。

ライフスタイルを考 11 える(3)

「結婚と家族と子育 て」

人生の一大イベントである結婚 と、結婚によって築かれる家族 の現代における状況についての 理解を深めるとともに、われわ れの社会における子育てに関す るいくつかの課題について考え ていく。

ライフスタイルを考 12 える④

「ジェンダー」

社会的「性」であるジェンダー についての理解を深め、家庭内、 職場、社会におけるジェンダー ギャップに気付き、われわれは どのように対処すべきかを考え る。

13 ライフスタイルを考 える⑤

「ライフコースとトラ ンジション

わたしたちが一生に辿るライフ コースに関する理解を深め、ま た一生の間に何度かある大きな トランジション(転換期)の特 徴と、その乗り越え方について

終音 「人生の経営と行動様

式の変革に向けて」

人を仮に企業体と考え、自分自 身の人生を「経営」するという 観点に立ってキャリアデザイン を考えてみる。また、自分の人

考えていく。

生目標の達成の可能性をより高 めていくための行動様式の変革 の必要性について言及していく。

# 【授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)】

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義 時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益 な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに 目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による 自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されるこ とを期待します。

14

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

### 【参考書】

授業内で都度紹介します。

# 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、提出した課題レポートの総得点がすべての課題レポートを提出した際の満点の60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してください。

# 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

### 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

The purpose of this class is to focus on our future "work style" and "lifestyle" and to think about how to design our careers in order to live in the future society. Masu. By taking this class, I hope that you will be able to think about how to use the time you have left in your university life, how to act, and acquire the knowledge that will enable you to effectively create your own future.

# [Learning Objectives]

The goal of this class is to help you acquire the basic way of thinking, the ability to take action, and the ability to plan so that your long life can come as close as possible to the life you envision. Through taking this class, we aim to help you get a concrete image of your own work style and lifestyle, and to be able to utilize this when thinking about your own career design.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

[Grading Criteria/Policy]

Evaluation will be based on the total score of the assignment report given at each class (100%). Only assignment reports submitted within the indicated deadline will be considered for evaluation. Accepted assignment reports will be evaluated based on three elements: originality of written content, logical structure, and accuracy of written expression. To receive credits, you must obtain a score (total score of the submitted assignment report) of 60% or more of the total score (full score) of the assigned assignment report that you were asked to submit.

キャリアデザイン応用

辰巳 哲子

開講時期:**秋学期授業/Fall** | 単位数:**2単位** 曜日・時限:**木**5/Thu.5 | キャンパス:**市ヶ谷** 

備考 (履修条件等): その他属性:〈優〉〈未〉

【授業の概要と目的 (何を学ぶか)】

この授業では、わたしたちのこれからの「働き方」と「生き方」に 焦点を当てて考え、これからの社会を生きていく私たちのキャリア デザインのあり方を考えていくことを授業の目的とします。

この授業の受講を通じて、残された大学生活の時間の使い方、行動の仕方を自分自身で有効にプロデュースしていくための素養を身につけていくことも大切な作業です。そのために、各自のキャリアをデザインしていく上で考えておくべき多様な視点を提供し、それらを考慮に入れた各人の戦略的なキャリアデザインが構築できるように支援していきます。

【到達目標】

この授業を通じて、これから長い人生となる皆さんが、自分たちの 思い描く人生にできるだけ近づけるようになるための基本的な態度 と構想力を身につけることが到達目標です。

特にこの授業では、近年変わりつつある「ワークスタイル」と「ライフスタイル」に焦点を当てているので、本授業の受講を通じて、皆さんが自分自身の働き方、生き方に関して少しでも具体的にイメージできるようになり、それが皆さんなりのキャリアデザインを検討していくうえで活かせるようになることを目指します。

最初は小さな一歩で構いません。半年の間に、この授業をきっかけにして、じぶん自身で何か行動を起こしてみることを目指しましょう。

【この授業を履修することで学部等のディプロマポリシーに示された どの能力を習得することができるか (該当授業科目と学位授与方針 に明示された学習成果との関連)】

【授業の進め方と方法】

授業の受講生の規模や環境の動向を考慮しながら参加型の授業スタイルをできる限り取り入れていきます。教員や学生同士のコミュニケーション機会を設けます(グループワーク、対話、レポートのフィードバックなど)。

【アクティブラーニング(グループディスカッション、ディベート等)の実施】 あり / Yes

【フィールドワーク(学外での実習等)の実施】なし/No

【授業計画】授業形態:対面/face to face

回 テーマ 内容

第1回 オリエンテーション 本講義の目的、達成目標、授業

の進め方、成績評価の方法について概要を説明します。みなさんのキャリアプランニングについてこの授業でできる「補助線」

について解説します。

第2回 大人の成長とは何か 大人の成長モデルを学びます。

連続した成長と非連続の成長、 それぞれについて授業の前半で は大人の成長モデルについて解 説し、後半ではこれまでの自分 の成長を振り返ります。

#成人発達理論 #ロバート・キー ガン #玉ねぎモデル #リフレク

ション

第3回 学び方を学ぶ・他者

から学ぶ

経験したことを振り返り、どう やって次の経験に活かせばよい のか、授業の前半では、経験学 習の枠組みを解説します。後半 では過去に各自学んできたこと を考えます。

#経験学習 #リフレクション #学 び #知的謙虚さ

第4回 「はたらき」の自分史 働くことは人や社会に働きかけ をつくる、労働観の る行為すべてを指します。つま

変遷

副へにとはて、位去に副されてる行為すべてを指します。つまり、対象が存在します。授業の前半で労働観の変遷について学びます。その後、自分の過去を振り返り子どもの頃からの「はたらき自分史」を作成し、授業の中で意見交換します。

#労働観 #働くこと #働く意味 #産業構造の変化

第5回 「働き心地」を考える 自分が心地よい働き方と他者と

日ガか心地よい側さ力と他有と のそれは異なります。住み心地、 着心地があるように、人によっ て異なる「働き心地」がありま す。授業の前半では、働き心地 について解説します。

どのような違いがあるのか、それをどのような視点で考えればよいのか、自分の働き心地は何かを考え、授業の中で意見交換をします。

#良い仕事 #他者とのかかわり #働き心地 #就業形態 #ワークラ イフバランス

第6回 能力をどう証明・発 揮するのか 「能力」とは何でしょうか。社会ではどのような能力が求められてきたのでしょうか。一方、能力を持っていても開花できる環境とそうではない環境とがあります。授業の前半では能力に考え、後半では個人の持ち味について、自分の持ち味を引き出せる環境をどのようにつくるか、表きます。

#能力 #社会人基礎力 #基礎力 #キャリア教育 #持ち味

第7回 チームで働くという

こと

社会ではチームで働く機会が増加します。部署内に閉じたチームもあれば社外の人と一緒にチームをつくって仕事をすることもあります。どうすればメンバーの持ち味を引き出すチームを作ることができるのか、理論を解説した上で、リーダー像について考えます。事前に動画視聴の課題があります。

#チームで働く #リーダー #エベ レスト #指揮者 #アダプティブ リーダー

リーダー

第8回 仕事にかける思いに ついて考える ここまでの学習内容を振り返り、 あらためて自分の仕事は「誰に 対するどのような仕事」であり たいのかを考えます。前半に多 様な「仕事にかける思い」を解 説し、後半では自分の仕事を定 義してみます。

#17文字 #仕事の意味 #仕事に かける思い 第9回 チームの問題を解決

働く人のモチベーションがどの する ように変化してきているのか、 チームにおいて「指示待ち」と

「抱え込み」はどうすれば解決で きるのか、前半ではモチベー ション理論やフィードバック理 論を解説し、後半では実際の ケースからチームで働く際の問 題解決の方法を考えます。

#チームで働く #ワークモチベー ション #フィードバック

第10回 やわらかく生きる 一部の企業文化は上意下達から 個人の手上げ制へと変化してき ています。上から下へ命令する やり方ではうまくいかなくなり、 いわゆる「べき論」が通用しづ らい世の中に変化しています。 正解が見えづらく、またすぐに 変化してしまう環境の中、私た ちはどう生きていけばよいので しょうか。前半で理論解説をし、 後半では具体策について考え ます

#玉ねぎモデル #リフレクション #ウェルビーイング #生き生き働 く #abc 理論

第11回 キャリアにおけるサ スティナビリティ

キャリア形成は一時的なもので はなく、一生継続します。企業 の寿命が短くなり、個人の寿命 が延びる中、既に2つ以上の キャリアステージを迎えている 人も少なくありません。持続可 能なキャリアを目指すとはどう いうことか。企業と個人の関係 について考えます。

#持続可能 #持続可能なキャリア #企業と個人

第12回 自分で選ぶ、自ら決 める

キャリアにおいて自分で選択す ること、決めることとはどうい う意味を持つのでしょうか。自 己決定や意思決定についての理 論を紹介した上で、これまでの 意思決定を振り返り、個人の選 択軸を考えます。

#デシ #意思決定 #自己決定理論 #外発的動機付け #内発的動機付 け#自律性

第13回 マルチロール(多重 役割) の時代を生き 3

働きながら学ぶ、子育てする、 副業する、ボランティア活動を する、介護する・・私たちの多 くはマルチロール (多重役割) の時代を生きています。どのよ うにして生活全体の満足度を上 げていけばよいのでしょうか。 授業の前半ではマルチロール社 会の現状を解説し、後半では、 各自の今後のありたいロールの 姿について考えます。

第14回 レポートテーマを発 表し、キャリア観を 交換する

第2回から第13回までのテーマ のうち、自分のレポートで取り 扱いたいテーマについてグルー プの中で発表する。自身のレ ポートテーマは授業の前までに 決定しておくこと。フィード バックの理論について解説する。 第3回授業で学んだ「他者から の学び方」を活用する。

#フィードバック #対人型の学び #最終レポート#自律性 #主観の 交換

# 【授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)】

準備学習・復習時間は、各1時間を標準とします。授業において事 前課題を実施する回があります。事前課題は、授業内および学習支 援システムにて伝えます。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。学習支援システムにて資料を共有します。必要に 応じてダウンロードやプリントアウトをしてください。授業履修者 以外への配布や共有は原則禁止とします。

### 【参考書】

授業の中で適宜示します。

講師が執筆した記事についてはオンラインで随時示します(例えば

https://reskill.nikkei.com/article/

DGXMZO34917280T00C18A9000000/

https://www.businessinsider.jp/post-213864

### 【成績評価の方法と基準】

毎回授業終了後に提出のリアクションペーパーが35%。授業への貢 献(発言・発表・質問・課題レポートへの取り組みが25%、期末レ ポートが 40%の割合で評価します。また、平常点も加味します。本 授業は、授業の内容を通して「自らのキャリアと向き合う」ことを 求めます。単に授業を聞くだけでなく、自分自身で考えることを常 に求めます。

# 【学生の意見等からの気づき】

今年度から開講のため、特になし

# 【学生が準備すべき機器他】

授業内では、学習支援システムや相互チャットツールも活用します。 パソコンを持参してください。また、第1回目の講義のほか、数回 オンラインを活用した講義を行います。また、毎回の講義の情報や 課題提出、コミュニケーションのために学習支援システムやメール 等を積極的に活用します。そのため、パソコンおよびインターネッ ト接続が必須になります。受講者の皆さんは準備し、随時チェック を行ってください。

# 【その他の重要事項】

# ■講師プロフィール

株式会社リクルート入社、営業、営業企画、商品企画、組織人事コン サルティング(企業の人材育成計画の作成や人事制度の設計、理念 浸透)、キャリアカウンセラーの養成、リクルートワークス研究所に て大人の学び、キャリア教育に関する調査研究をおこなっています。 専門分野は、教育社会学。授業では心理学や経営学の知識や理論も 扱います。

企業の人事との共同研究も多いため、授業の中で紹介する内容が実 際にどういった場で活用されるのかを伝えます。

https://www.works-i.com/outline/profile/Satoko\_Tatsumi.html 【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が 教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラス を2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受 講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって 受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の 仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講で きません。

# [Outline (in English)]

[Course outline] In this class, you will learn what you need to know about career development throughout your whole life and how you can use these ideas to advance your own career development.

# [Learning Objectives]

The goal of this class is to know what you need to know and to be able to use some of these knowledges.

[Learning activities outside of classroom]

The standard time for preparation study and review is one hour each.

# [Grading Criteria /Policy]

35% is a reaction paper submitted after class. Contribution to the class (remarks, presentations, questions, and work on assignment reports) will be evaluated at a rate of 25%, and the final report will be evaluated at a rate of 40%.

キャリアデザイン応用

### 佐々木 梨華

開講時期:**秋学期授業**/Fall | 単位数:**2単位** 曜日・時限:**火**5/Tue.5 | キャンパス:**市ヶ谷** 

備考 (履修条件等): その他属性:〈優〉〈未〉

# 【授業の概要と目的 (何を学ぶか)】

この授業では、わたしたちのこれからの「働き方」と「生き方」に 焦点を当てて考え、これからの社会を生きていく私たちのキャリア デザインのあり方を考えていくことを授業の目的とします。

この授業の受講を通じて、残された大学生活の時間の使い方、行動の仕方を自分自身で有効にプロデュースしていくための素養を身につけていくことも大切な作業です。そのために、各自のキャリアをデザインしていく上で考えておくべき多様な視点を提供し、それらを考慮に入れた各人の戦略的なキャリアデザインが構築できるように支援していきます。

# 【到達目標】

この授業を通じて、これから長い人生となる皆さんが、自分たちの 思い描く人生にできるだけ近づけるようになるための基本的な態度 と構想力を身につけることが到達目標です。

特にこの授業では、近年変わりつつある「ワークスタイル」と「ライフスタイル」に焦点を当てているので、本授業の受講を通じて、皆さんが自分自身の働き方、生き方に関して少しでも具体的にイメージできるようになり、それが皆さんなりのキャリアデザインを検討していくうえで活かせるようになることを目指します。

最初は小さな一歩で構いません。半年の間に、この授業をきっかけに して、じぶん自身で何か行動を起こしてみることを目指しましょう。

【この授業を履修することで学部等のディプロマポリシーに示された どの能力を習得することができるか (該当授業科目と学位授与方針 に明示された学習成果との関連)】

# 【授業の進め方と方法】

第3回

授業の受講生の規模や環境の動向を考慮しながら参加型の授業スタイルをできる限り取り入れていきます。教員や学生同士のコミュニケーション機会を設けます(グループワーク、対話、レポートのフィードバックなど)。

【アクティブラーニング(グループディスカッション、ディベート等)の実施】 あり / Yes

【フィールドワーク(学外での実習等)の実施】なし/No

# 【授業計画】授業形態:対面/face to face

回 テーマ 内容

現代における企業の

第1回 オリエンテーション 本講義の目的、達成目標、授業の

進め方、成績評価、授業に臨む 姿勢、学び方について説明する。

第2回 私たちの生きる社会 私たちが生きる現代社会の特徴・

とキャリアデザイン 環境について理解を深め、その

ような時代における「働き方」

と「生き方」の変化、なぜキャルマデザインが重要か考えて

リアデザインが重要か考える。 大学卒業後、多くの人が就職す

特徴と働き方 る企業において、働く環境はど

のように変化しているのかを学

న్ం

第4回 「若者世代」の仕事 近年の若者世代に関する研究内 観・キャリア観 容を紹介し、若者は何を大切に

しキャリアを選択するのか、働 く上でどのような悩みがあるの

か等について学ぶ。

第5回 副業・兼業、越境に

よるキャリア

複数の組織で働く「副業・兼業」 を通じたキャリアについて学ぶ。 自分自身の日常から離れ、非日 常の環境に身を置く「越境」に よる学び・キャリアについて考

一つの会社で働くだけではなく、

える。

第6回 地方で働くキャリア

第7回

学生の就職する企業の多くが首 都圏に集中している中で、地方

で働くキャリアについて考える。 NPOやソーシャルセ 必ずしも経済的利益の拡大のみ

クターのキャリア を目指すのではなく、社会的イ ンパクトの拡大を目指す**NPO**や

ンハクトの拡大を目指すNPUや ソーシャルセクターで働くこと

について学ぶ。

第8回 スタートアップやベ

ンチャー企業のキャリア

設立後間もない企業や、革新的 な技術やビジネスモデルを持ち、 社会に新しい価値をもたらしな

がら成長する企業群で働くこと を考える。

第9回 起業というキャリア

会社員として雇用される働き方ではなく、起業や経営者として 仕事に取り組むことを学ぶ。

第10回 インタビューの技法 最終レポートでは、興味深い

キャリアを歩んでいると感じる 大人を一人選び、インタビュー をした上でレポートを作成する。 最終レポートに向けて、インタ ビューを実施するための方法や ポイントについて学ぶ。

第11回 自分のこれまでの人

生と価値観

これまでの人生においてモチ ベーションに影響を与えた出来 事を振り返り、働く上で重要と なる自分自身の価値観やミッ

ションを考える。

第12回 学生時代の社会的経

験

昨今増えつつある、大学在学中 に学校外の企業や社会人と繋が る「社会的経験」について学び、 社会的経験がキャリアに与える

影響を学ぶ。

第13回 キャリアを描くス

モールステップ

キャリア観に影響を与える小さな行動(スモールステップ)について学び、自分自身の大学生活におけるスモールステップを

考える。

第14回 自分のキャリアデザ

インを描く

13回までの授業を踏まえて、これからの大学生活の時間の使い方、キャリアデザインについて

検討する。

# 【授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)】

本授業の準備・復習時間は、1回につき4時間以上を標準とします。 受講内容をより深く理解するために、授業または学習支援システム で示される文献読んだり、事前課題に取り組んだりします。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

# 【参考書】

授業内において、必要に応じて副読本、参考文献等を紹介します。

# 【成績評価の方法と基準】

毎回の授業への貢献(発言・質問・グループワーク等)が30%、毎回の授業後の課題レポートが30%、期末レポートが40%の割合で評価します。それぞれを各割合で点数化し、合計100点満点のうち60点以上が合格となります。

# 【学生の意見等からの気づき】

本年度より授業新担当のため、特になし

# 【学生が準備すべき機器他】

当日示す授業資料は、「学習支援システム」にもアップするので、各自パソコン、タブレット等を教室に持参することが可能です。学習用の使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

# 【その他の重要事項】

# 【講師プロフィール】

企業の人材育成の支援を行うコンサルティング会社を経て、災害復興・地方創生を支援する一般社団法人RCFに転職。行政、民間企業、NPO等と協働し、社会課題解決事業をコーディネートしている。同時に、静岡県熱海市でまちづくり会社「machimori」に参画。企業研修事業や大学生のインターンシップ事業など、「地域をフィールドにした学び」を提供する事業を立ち上げ、事業責任者。

民間企業とNPOと大学講師、本業と副業、都会と地方のパラレルキャリアを実践している立場から、みなさんとこれからの時代のキャリアを考えていければと思います。

# 【受講制限】

本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラスを2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講できません。

# [Outline (in English)]

# [Course outline]

The purpose of this class is to focus on how we will "work" and "live" in the future society and how we will design our careers. It is also important to acquire the knowledge and skills to effectively produce our own actions and how we will spend the rest of our college years.

# [Learning Objectives]

At the end of the course, you are expected to get various perspectives on career design so that you can build your own strategic career design based on these perspectives.

### [Learning activities outside of classroom]

Before/after each class meeting, students will be expected to spend four hours to understand the course content.

# [Grading Criteria /Policies]

Your overall grade in the class will be decided based on the following

Term-end report: 40%, Short reports : 30%, in class contribution: 30%

# キャリアデザイン応用

### 大八木 智一

開講時期:**秋学期授業/Fall** 単位数:2単位 曜日・時限:月3/Mon.3 | キャンパス:多摩 備考 (履修条件等)

その他属性:〈優〉〈未〉

# 【授業の概要と目的(何を学ぶか)】

この授業では、わたしたちのこれからの「ワークスタイル」と「ラ イフスタイル」に焦点を当てて考え、これからの社会を生きていく わたしたちのキャリアデザインのあり方を考えていくことを授業の 目的とします。

この授業の受講を通じて、残された大学生活の時間の使い方、行動 の仕方を自分自身で有効にプロデュースしていくための素養を身に つけていくことも大切な作業です。そのために、各自のキャリアを デザインしていくうえで考えておくべき多様な視点を提供し、それ らを考慮に入れた各人の戦略的なキャリアデザインが構築できるよ うに支援していきます。

### 【到達日標】

この授業を通じて、これから長い人生となる皆さんが、自分たちの 思い描く人生にできるだけ近づけるようになるための基本的な態度 と構想力を身につけることが到達目標です。特にこの授業では、近 年変わりつつある「ワークスタイル」と「ライフスタイル」に焦点 を当てているので、本授業の受講を通じて、皆さんが自分自身の生 き方や働き方に関して少しでも具体的にイメージできるようになり、 それが皆さんなりのキャリアデザインを検討していくうえで活かせ るようになることを目指します。

最初は小さな一歩でも構いません。半年の間に、この授業をきっかけ として、自分自身で何か行動を起こしてみることを目指しましょう。

【この授業を履修することで学部等のディプロマポリシーに示された どの能力を習得することができるか(該当授業科目と学位授与方針 に明示された学習成果との関連)】

# 【授業の進め方と方法】

- ・この授業は教室での対面授業です。
- ・毎回の授業(第1回授業を除く)で小レポート(300字程度)の提 出が必要です。小レポート作成のために授業時間中に作業時間を確 保し、教室で学習支援システム上にレポートを提出します。
- ・レポートの成果は、後日の授業内で総体フィードバックされます。

【アクティブラーニング(グループディスカッション、ディベート等)の実施】 あり/Yes

【フィールドワーク(学外での実習等)の実施】 なし/No

# 【授業計画】授業形態:対面/face to face

回

1 オリエンテーション 本講義の目的、達成目標、授業

の進め方、成績評価方法の周知、 授業に臨む姿勢について概要を

説明する。

える。

戦争・紛争の頻発、気候変動、 宮音 2

「わたしたちは、どの ような世界で生きよ

資本主義の歪み、民主主義の限 界、専制主義の台頭、環境破壊、 うとしているのか?」 経済格差の拡大、貧困の拡大な どが顕著な現代社会の現状を考

ワークスタイルを考 3

える(1)

「第4次産業革命と働 き方改革し

これからの時代における働き方、 生活の仕方、生き方を考えるう えで基礎的な知識のひとつとな る働き方の変遷について、いわ ゆる第4次産業革命以降の働き 方の変化について振り返る。

ワークスタイルを考 年齢や性別や職業を問わず、し 4 2 B(2)

5

6

9

ごととプライベートを両立、調 「ワーク・ライフ・バ 和させて相乗効果を生み出し、 ランス」

人生の質を高めることを目標に するワーク・ライフ・バランス に関する基礎的な概念を学ぶ。

しごとをする場所を自由に、効

率的に選択し、自分自身にとっ

ワークスタイルを考 「テレワークとワー

ケーション

ワークスタイルを考 える(4)

> 「スタートアップで働 くということし

て働きやすいワークスタイルを 実現することが可能なテレワー クという働き方の特徴や課題に ついて事例を交えて学んでいく。 革新的な技術やビジネスモデル を持ち、社会に新しい価値をも たらしながら成長する企業群で はたらくことによる自己への挑 戦を考える。

ワークスタイルを考 7 える(5)

> 「起業と複業と越境 ل ع

ただ「雇われるだけ」の働き方 を越え、これからのわれわれの 働き方に変化をもたらす、しご とへの取り組み方について理解 を深めていく。

8 ワークスタイルを考 える⑥

「ダイバーシティー」

組織内の人材ダイバーシティを 意図的に推進する動きが活発化 している。このような動きの基 本的な考え方とわれわれの対応 の仕方について学ぶ。

ライフスタイルを考 える① 「個人の幸福としご と」

じぶんにとっての幸福とはどの ようなものか? しごとを通じた 自分自身の幸福の追求を可能に するにはどうしたらよいかを考 えてみる。

ライフスタイルを考 10 える② 「ともだち関係の構築 と恋愛 |

ともだちって大切な存在か? 信 頼できる友達関係を築くために 必要なことは? 現代における恋 愛の諸相と自分のキャリアにお ける恋愛を考える。

ライフスタイルを考 11 える(3) 「結婚と家族と子育 て」

人生の一大イベントである結婚 と、結婚によって築かれる家族 の現代における状況についての 理解を深めるとともに、われわ れの社会における子育てに関す るいくつかの課題について考え ていく。

ライフスタイルを考 12 える④ 「ジェンダー」

社会的「性」であるジェンダー についての理解を深め、家庭内、 職場、社会におけるジェンダー ギャップに気付き、われわれは どのように対処すべきかを考え る。

わたしたちが一生に辿るライフ

13 ライフスタイルを考 える⑤

コースに関する理解を深め、ま 「ライフコースとトラ た一生の間に何度かある大きな ンジション トランジション(転換期)の特 徴と、その乗り越え方について

14 終音 「人生の経営と行動様 式の変革に向けて」

考えていく。 人を仮に企業体と考え、自分自 身の人生を「経営」するという 観点に立ってキャリアデザイン を考えてみる。また、自分の人 生目標の達成の可能性をより高 めていくための行動様式の変革 の必要性について言及していく。

# 【授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)】

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義 時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益 な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに 目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による 自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されるこ とを期待します。

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

### 【参考書】

授業内で都度紹介します。

# 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、提出した課題レポートの総得点がすべての課題レポートを提出した際の満点の60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してください。

# 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

### 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が 教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラス を2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受 講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって 受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の 仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講で きません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

The purpose of this class is to focus on our future "work style" and "lifestyle" and to think about how to design our careers in order to live in the future society. Masu. By taking this class, I hope that you will be able to think about how to use the time you have left in your university life, how to act, and acquire the knowledge that will enable you to effectively create your own future.

# [Learning Objectives]

The goal of this class is to help you acquire the basic way of thinking, the ability to take action, and the ability to plan so that your long life can come as close as possible to the life you envision. Through taking this class, we aim to help you get a concrete image of your own work style and lifestyle, and to be able to utilize this when thinking about your own career design.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

[Grading Criteria/Policy]

Evaluation will be based on the total score of the assignment report given at each class (100%). Only assignment reports submitted within the indicated deadline will be considered for evaluation. Accepted assignment reports will be evaluated based on three elements: originality of written content, logical structure, and accuracy of written expression. To receive credits, you must obtain a score (total score of the submitted assignment report) of 60% or more of the total score (full score) of the assigned assignment report that you were asked to submit.

# キャリアデザイン応用

### 大八木 智一

開講時期:**秋学期授業/Fall** 単位数:2単位 曜日・時限: 月4/Mon.4 キャンパス: 多摩

備考 (履修条件等) その他属性:〈優〉〈未〉

# 【授業の概要と目的(何を学ぶか)】

この授業では、わたしたちのこれからの「ワークスタイル」と「ラ イフスタイル」に焦点を当てて考え、これからの社会を生きていく わたしたちのキャリアデザインのあり方を考えていくことを授業の 目的とします。

この授業の受講を通じて、残された大学生活の時間の使い方、行動 の仕方を自分自身で有効にプロデュースしていくための素養を身に つけていくことも大切な作業です。そのために、各自のキャリアを デザインしていくうえで考えておくべき多様な視点を提供し、それ らを考慮に入れた各人の戦略的なキャリアデザインが構築できるよ うに支援していきます。

### 【到達日標】

この授業を通じて、これから長い人生となる皆さんが、自分たちの 思い描く人生にできるだけ近づけるようになるための基本的な態度 と構想力を身につけることが到達目標です。特にこの授業では、近 年変わりつつある「ワークスタイル」と「ライフスタイル」に焦点 を当てているので、本授業の受講を通じて、皆さんが自分自身の生 き方や働き方に関して少しでも具体的にイメージできるようになり、 それが皆さんなりのキャリアデザインを検討していくうえで活かせ るようになることを目指します。

最初は小さな一歩でも構いません。半年の間に、この授業をきっかけ として、自分自身で何か行動を起こしてみることを目指しましょう。

【この授業を履修することで学部等のディプロマポリシーに示された どの能力を習得することができるか(該当授業科目と学位授与方針 に明示された学習成果との関連)】

# 【授業の進め方と方法】

- ・この授業は教室での対面授業です。
- ・毎回の授業(第1回授業を除く)で小レポート(300字程度)の提 出が必要です。小レポート作成のために授業時間中に作業時間を確 保し、教室で学習支援システム上にレポートを提出します。
- ・レポートの成果は、後日の授業内で総体フィードバックされます。

【アクティブラーニング(グループディスカッション、ディベート等)の実施】 あり/Yes

【フィールドワーク(学外での実習等)の実施】 なし/No

# 【授業計画】授業形態:対面/face to face

回

1 オリエンテーション 本講義の目的、達成目標、授業

の進め方、成績評価方法の周知、 授業に臨む姿勢について概要を

説明する。

戦争・紛争の頻発、気候変動、 宮音 2

> 「わたしたちは、どの ような世界で生きよ

資本主義の歪み、民主主義の限 界、専制主義の台頭、環境破壊、 うとしているのか?」 経済格差の拡大、貧困の拡大な どが顕著な現代社会の現状を考 える。

ワークスタイルを考 3

える(1)

「第4次産業革命と働 き方改革し

これからの時代における働き方、 生活の仕方、生き方を考えるう えで基礎的な知識のひとつとな る働き方の変遷について、いわ ゆる第4次産業革命以降の働き 方の変化について振り返る。

ワークスタイルを考 年齢や性別や職業を問わず、し 4 2 B(2)

5

6

7

ランス」

ワークスタイルを考

ごととプライベートを両立、調 「ワーク・ライフ・バ 和させて相乗効果を生み出し、 人生の質を高めることを目標に するワーク・ライフ・バランス

に関する基礎的な概念を学ぶ。 しごとをする場所を自由に、効

率的に選択し、自分自身にとっ て働きやすいワークスタイルを 「テレワークとワー ケーション 実現することが可能なテレワー クという働き方の特徴や課題に

ついて事例を交えて学んでいく。 革新的な技術やビジネスモデル ワークスタイルを考 を持ち、社会に新しい価値をも える(4) 「スタートアップで働 たらしながら成長する企業群で

戦を考える。

ワークスタイルを考 える(5)

「起業と複業と越境

と」

くということし

ただ「雇われるだけ」の働き方 を越え、これからのわれわれの 働き方に変化をもたらす、しご とへの取り組み方について理解 を深めていく。

はたらくことによる自己への挑

8 ワークスタイルを考 える⑥

「ダイバーシティー」

組織内の人材ダイバーシティを 意図的に推進する動きが活発化 している。このような動きの基 本的な考え方とわれわれの対応

の仕方について学ぶ。

ライフスタイルを考 9 える① 「個人の幸福としご

と」

じぶんにとっての幸福とはどの ようなものか? しごとを通じた 自分自身の幸福の追求を可能に するにはどうしたらよいかを考 えてみる。

ライフスタイルを考 10 える②

「ともだち関係の構築 と恋愛 |

ともだちって大切な存在か? 信 頼できる友達関係を築くために 必要なことは? 現代における恋 愛の諸相と自分のキャリアにお ける恋愛を考える。

ライフスタイルを考 11 える(3)

「結婚と家族と子育 て」

人生の一大イベントである結婚 と、結婚によって築かれる家族 の現代における状況についての 理解を深めるとともに、われわ れの社会における子育てに関す るいくつかの課題について考え ていく。

ライフスタイルを考 12 える④

社会的「性」であるジェンダー についての理解を深め、家庭内、 「ジェンダー」 職場、社会におけるジェンダー ギャップに気付き、われわれは

どのように対処すべきかを考え る。

13 ライフスタイルを考 える⑤

「ライフコースとトラ ンジション

コースに関する理解を深め、ま た一生の間に何度かある大きな トランジション(転換期)の特 徴と、その乗り越え方について

わたしたちが一生に辿るライフ

終音 「人生の経営と行動様 式の変革に向けて」

考えていく。 人を仮に企業体と考え、自分自 身の人生を「経営」するという 観点に立ってキャリアデザイン を考えてみる。また、自分の人 生目標の達成の可能性をより高 めていくための行動様式の変革

の必要性について言及していく。

# 【授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)】

本授業の準備・復習・課題レポートの作成等に要する時間は、講義 時間以外に4時間以上を標準とします。より深い理解のために有益 な資料、参考図書、作業等は授業内で示します。授業後にそれらに 目を通したり、作業したり、インターネットや文献等の活用による 自発的学習によって自分自身の知識やスキルの向上を目指されるこ とを期待します。

14

# 【テキスト (教科書)】

特に定めません。

# 【参考書】

授業内で都度紹介します。

# 【成績評価の方法と基準】

毎回の課題レポートの記述内容の評価を点数化し、それらを合計した総合点で評価(100%)します。記述内容の評価においては、記述内容のオリジナリティ、論理構成、表現法を重点に評価します。単位取得には特段の事情がない限り課題レポートの期限内提出率が70%以上であることが必要です。また、提出した課題レポートの総得点がすべての課題レポートを提出した際の満点の60%以上であることが必要です。やむを得ない事情で期限内のレポートの提出が難しい場合には、早めに担当教員と相談してください。

# 【学生の意見等からの気づき】

本年度より課題レポートの記述内容において、みなさんの「オリジナリティのある考え方」に対する評価を重点評価項目に加えます。 世間一般の考え、どこかの本やネットに書いてあったような考えでなく、みなさん自身が自分の頭でよく練った「考え」を評価します。 一般的に「正しい」考えより、みなさんが「考え抜いた」内容を記述内容には期待します。

# 【学生が準備すべき機器他】

毎回の授業(第1回授業を除く)においては小レポート(300字程度)の作成を求めます。この小レポートは「宿題」ではなく、「授業時間内提出課題」として当該授業終了時までに作成し(レポート作成の時間は取ります)、学習支援システム上で提出してください。そのため、小レポートの作成が可能なノートPCやタブレット等の機器を必ず持参してください。レポート作成のための使用機材は、できればスマートフォンではなく、PCやタブレットを用意されることをお勧めします。

# 【その他の重要事項】

【質問の受付】授業内容等に関する質問、問い合わせにはメールで受け付けます。必要に応じて対面での対応も可能です。コンタクト先(担当教員)については授業開始後に(初回授業において)お知らせします。

【受講制限】本授業の第1回目授業開始前日時点において仮登録者が 教室定員を上回った場合はハイフレックス授業になります(クラス を2つに分けて、1回おきに教室授業とオンライン授業を交互に受 講)。なお、仮登録者が教室定員の2倍を超えた場合は抽選によって 受講者を決定します。この場合、第1回目授業の前日までに履修の 仮登録をしていなかった学生は抽選の対象とならないため、受講で きません。

# [Outline (in English)]

# [Course Outline]

The purpose of this class is to focus on our future "work style" and "lifestyle" and to think about how to design our careers in order to live in the future society. Masu. By taking this class, I hope that you will be able to think about how to use the time you have left in your university life, how to act, and acquire the knowledge that will enable you to effectively create your own future.

# [Learning Objectives]

The goal of this class is to help you acquire the basic way of thinking, the ability to take action, and the ability to plan so that your long life can come as close as possible to the life you envision. Through taking this class, we aim to help you get a concrete image of your own work style and lifestyle, and to be able to utilize this when thinking about your own career design.

# [Learning activities outside of classroom]

The standard time required for preparing for this class, reviewing, writing assignment reports, etc. is 4 hours or more in addition to class time. Useful materials, data, reference books, etc. will be shown during class to help you understand the lesson more deeply.

[Grading Criteria/Policy]

Evaluation will be based on the total score of the assignment report given at each class (100%). Only assignment reports submitted within the indicated deadline will be considered for evaluation. Accepted assignment reports will be evaluated based on three elements: originality of written content, logical structure, and accuracy of written expression. To receive credits, you must obtain a score (total score of the submitted assignment report) of 60% or more of the total score (full score) of the assigned assignment report that you were asked to submit.

