

授業特別協力者(ゲストスピーカー)報告書

テーマ : 主体的なキャリアデザイン
授業特別協力者名 : 美濃部 裕子 (キャリアコンサルタント)
実施日時 : 2019年9月30日(月) 2時限
担当教員名 : 伊藤 恵子
授業科目名 : ベーシック演習
実施場所 : 5705 教室
履修者数 : 17名

実施結果

目標達成ツールである「ドリームマップ」を使用して10年後の未来予想図を描くことにより、学生時代の過ごし方、社会人としての生き方を考えることを目的としている。

まず、目標を達成するために、「バックキャスト」の思考法が有効であること、そして、Plan(計画)・Do(実行)・Check(評価)・Action(改善)のPDCAサイクルを回しながら、目標に向かって近づいていくプロセスについて講義していただいた。その後、自己理解、他者理解、価値観を知るワークを通して自分との対話を体験するとともに、クラスメートとの対話を通じて、自己と他者の違いや共通点を確認した。続いて、10年後、社会人となっているであろう自分を思い描き、10年後の自分が自分自身の満足だけではなく、社会や周りの人々にどのような影響を与えているかを考えるワークを行った。これらのワークを通じて、大学1年生時点での自分に対する理解を深めるとともに、友人とのコミュニケーションの大切さにも気づき、将来の職業選択に向けた意識を高めることができた。