

# キャリア形成Ⅲ－A（3年生前期）概要とプログラム

## ●1. 目的：

「なりたい姿」を実現するための意思決定を行い、具体的な活動やスケジュールを基に、行動目標を立てる

## ●2. 目標：

- 目標 1 自ら選択することを理解し、具体的な進路決定を行う
- 目標 2 自己分析を重ね、自己PR文で自分を表現できるようになる
- 目標 3 希望を達成するための具体的な活動やスケジュールを作成し、実践へ繋げる

## ●3. 段階

●STEP3  
14～15回

キーワード：  
行動目標の設定  
具体的な活動を目標に掲げ  
宣言し、実践に繋げる

●STEP2  
8～13回

キーワード：  
自己表現の完成 I  
徹底した自己分析を行い  
自己PRを文章表現する

●STEP1  
1～7回

キーワード：  
自ら選択し、進路を決める  
「なりたい姿」と「行動目標」を  
具体化する

回数	タイトル	内容
1	卒業までの距離を確かめる	卒業までの大学生活で、何をしなければならぬかを再確認し、計画を立てる
2	内的キャリアを探る	「なりたい姿」の基となっている「やりがい」を発見し、具体的に表現する
3	気になる会社に近づく方法	インターンシップや企業等へのアプローチの仕方を理解し、行動目標を立てる
4	会社の存在意義とは	グループワークを通じて「会社」の存在意義を考え、社会人としての責任を理解する
⑤	未来を見つめる発想法①	社会で必要な考える力を養う演習 (イメージを広げる、見方を変える)
⑥	未来を見つめる発想法②	社会で必要な考える力を養う演習 (ピンチを変化させる、受容し発展させる)
7	選択するということ	「自分で決める」意味を理解し、希望する進路を決定する
8	惹かれる履歴書	履歴書の書き方を学び、自己PRを書くためにどのような学生生活を送るかを考える
9	自己PRの基本を抑える	読まれる自己PRを目標に、文章作成の基本とテクニックを学ぶ
10	「打ち込んだこと」を考える	自己分析を通して自分のこだわりや志向を考え、自己PR文を作成する
11	「自分の役割」について考える	自己分析を通して友人関係や行動パターンを考え、自己PR文を作成する
12	辞める就職、続ける就職	就職のミスマッチはなぜ起こるのか、事例を元に考え、事前の情報収集の大切さを学ぶ
13	「一般常識」の傾向と情報収集	就職試験の「筆記試験」に取り組み、種類や対策のための情報収集を学ぶ
14	自分軸を固める	内的キャリア外的キャリアを具体的に表現する
15	目標設定～自分へのコミット	夏休みのスケジュールを立てると共に、自分への約束を宣言します

○印はHSP(ヒューマンスキルプログラム)を用いた授業