

## 2025年度

科目名称	キャリアデザイン (水4)
授業コード	B0220B
英語名称	Carrier Design I
学期	2025年度後期
単位	2.0
担当教員	南 裕子
記入不要 ナンバリングコード	
授業の概要	変化の激しい時代の中でよりよいキャリアを構築していくためには、まず自分自身がどのような特徴をもつ人間であるのかについて理解することが重要となる。本講義ではそのために役立つキャリアの理論や簡易的な心理尺度を用いることにより自己理解を促進する。
科目に関連する実務経験と授業への活用	鉄道会社の総合職として20年間マネジメント業務に従事した後、カウンセリングの資格を取得し、労働局および大学でのキャリアカウンセリング業務、ならびに大学教員として勤務。産学官での勤務経験をもつことから広い視野で事象を検討した上で、学生に必要な知識・情報について講義を通して伝えていく。公認心理師、キャリアコンサルティング技能士2級。
到達目標	カリキュラムポリシー「社会的・職業的に自立し、社会の中で自分らしい生き方を実現するための科目を配置する。」に則り、自分らしい生き方を実現するために自己理解を促進する。さらにキャリアの基礎理論を学ぶことにより、社会的・職業的に自立した社会人となることを目指す。
計画・内容	<p>第1回 オリエンテーション(講師の紹介、講義の進め方について)</p> <p>第2回 キャリアデザインを理解する キャリアとは何か</p> <p>第3回 キャリアデザインを理解する ストレスについて</p> <p>第4回 キャリアデザインを理解する モチベーションについて</p> <p>第5回 自分を知る 自分の興味・関心</p> <p>第6回 自分を知る アサーション</p> <p>第7回 キャリアデザインに必要な力 キャリアアンカー</p> <p>第8回 キャリアデザインに必要な力 計画された偶発性</p> <p>第9回 自分について理解する コミュニケーション</p> <p>第10回 自分について理解する 時間的展望</p> <p>第11回 自分について理解する アイデンティティ</p> <p>第12回 社会の変化 採用選考</p> <p>第13回 社会の変化 コロナによる変化</p> <p>第14回 社会の変化 日本型雇用</p>

## 2025年度

計画・内容	第15回 全体の振り返り
授業の進め方	本講義は講義に加え、個人ワーク、グループワークを通して学生同士の活発な意見交換を行う。自分についての気づきを多く得るため、真摯に自分と向き合う姿勢、ならびに学生同士のディスカッションに積極的に関わる姿勢が求められる。また授業の最後にリアクションペーパーの提出を必須とする。
能動的な学びの実施	リアクションペーパーに記載された意見や質問については、必要に応じて次回の講義で解説を行う。教員と学生、学生同士の活発な意見交換を通して、視野や価値観を広げると共に、自己理解、他者理解を深める。
授業時間外の学修	予習復習で60時間相当。心理尺度の結果については、単なる結果の理解にとどまらず、前向きな行動変容の機会としての活用が求められる。
教科書・参考書	授業時に資料を配布する。参考書は随時示す。
成績評価方法と基準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リアクションペーパー 75%</li> <li>・課題レポート 25%</li> </ul>
課題等に対するフィードバック	前回の講義で提出されたリアクションペーパーに記載された質問については講義において回答を行う。
オフィスアワー	講義開始前、講義後に講義室で対応する。
留意事項	
非対面授業となった場合の「授業の進め方」および「成績評価方法と基準」	<p>授業の進め方：非対面となった場合はzoomを利用して講義、個人ワーク、グループワークを行う。</p> <p>：成績評価方法と基準：基本的には対面の場合と同様。</p>