

らに実践的な工夫が求められる。

【大学担当者側からの意見】

事例を通じての課題は以下の5点であると考えている。

- 適切な時期に、適切な期間・回数によりある程度継続して支援していかないことには成果は出ない。いずれか一つでも欠けることのないような企画を立案実行すること。
- キャリア・コンサルタントと学生の相性に十分に意識を払うことが必要。受け入れ現場もキャリア・コンサルタントの面談に立ち会うところから始める必要性あり。
- キャリア・コンサルタント、スーパーバイザー、大学側担当スタッフの密接な連携が必要不可欠。
- 対4年生については企業マッチングまでをも実施しないと成果は出にくい。その観点からも前述の大学側スタッフとの連携は必要（企業採用情報はどうしても大学側が入手管理するしかない）。
- 特に対4年生については学生の気持ちを汲み取っての運営が必要（例：企業の採用活動早期化に伴い、3年生の活動と重なってしまい、キャリアセンターは3年生で溢れ、入室しにくい雰囲気を作っている・・・これが原因で就職活動をあきらめる学生も多い⇒別会場の設定などの措置が必要）。

上記5点が今回、本学でキャリア・コンサルタントを試験的に導入する機会を得て、得られた貴重な課題である。また見方を変えれば、各大学で通常行われているキャリア形成支援のあり方の課題が浮き彫りにされたということもいえよう。導入の時期、手法、大学担当者との連携、キャリア・コンサルタントとの相性、などなどの課題はあるが、総じていえることは、導入して効果があったということである。効果の具体的な中身は、4年生では、学生からの評価にもあるが、じっくりと話を聴いてくれたことで自己肯定感をもて、就職活動に再び前向きになったということであろう。また3年生では、自己分析が促進でき気づきが促されこれからのスタートする活動にむけ視野が広がったという手ごたえであろう。しかし、見逃してはならないことは、今回来校したキャリア・コンサルタントが押しなべて日常的に臨床の場を持っている経験豊富な、しかも力量のあるコンサルタントだったということである。よってこの効果を一般化することはできないであろうが、それはさて置き、潤沢な数の職員が確保できない各大学の状況下、量としての学生をこなさなければならない大学担当者にとって、一人ひとりを丁寧にみていく、つまり本来のキャリアカウンセリングを行うということの必要性と効果を指摘されたと言い換えてもよいだろう。つまり、我々の日常的な業務の補完的な意味合いを持ったということである。フリーター予備軍を抱える大学にとって、キャリア・コンサルタントの導入と効果は無視できないということである。以上を前提として、今後の導入につながるべくクリアしなければならない課題をいくつか挙げる。

① キャリア・コンサルタントの質の確保

今回の4年生むけのトータルなプログラム（個人カウンセリングとワークショップ）の場合、カウンセリングスキルとワークショップ企画・運営スキルは必須となる。またメンタルな問題を抱えた学生を見立てるスキルと相談所へのリファースキルは大学では必須。場合によっては、大学の心理カウンセラーや精神科医との連携も起こりうる。スーパーバイザーの存在は大学へのキャリア・コンサルタント導入では条件として挙がってくる。（双方のリスク管理の観点からも当然であろう。）次にあげる②のコーディネーターが兼ねることは可。

② キャリア・コンサルタント側のコーディネーターと大学側のコーディネーターの存在が必須。緻密な連携が必要となる。

③ 3年生対象のプログラムの場合は、自己分析のワーク、エントリーシートを使用したワークなどスポット的にキャリア・コンサルタントを導入することも考えられる。

④ 各大学において、入学から卒業までのキャリア・デベロップメント・プログラムの流れに沿って適切な内容を双方で検討し、導入時期・期間・手法・対象の設定と一番重要なのは目標設定をはっきりとしていくことである。

⑤ 上記①から④をクリアしたところでの最大の課題は、経費である。

当面、各大学でのキャリア・コンサルタント導入の効果（何をもって効果とするかは各大学の判断）を測定することが重要であろうし、各大学への説得材料となろう。

キャリアセンターでは、キャリア授業、体験プログラムをコアとし、グループワーク・個人相談を特色としています。

グループワークとは？
グループ構成員同士の働きかけ、相互作用を利用して、構成員の思考、態度、行動、感情に変化を起させることとともに、人間の成長を図ることを目的とした活動。

WEBで情報検索

立教大学就職情報ナビゲーション

<http://www.rikkyo.ne.jp/grp/career/index.html>

立教大学独自の各プログラムの情報やインターシップ情報の最新情報が閲覧できます。またここから入られる「就職ナビゲーション」では企業からきた求人情報や卒業生の「バイス・体験談」など盛りだくさんの情報が閲覧できます。「就職ナビゲーション」は設定をすれば、自宅からでもWEBから立教大学ナビゲーションを通してアクセスできますので、学生の就職活動をWEBからも徹底的にサポートします。

➡ 進路支援から就職支援への流れ

自分の生き方・将来について考え行動する時期

1・2年次 ➡ 新入生対象進路支援ガイダンス(ガイダンス) ➡ 1,2年次対象キャリアガイダンス ➡ 各種進路支援プログラム

3年次 ➡ 第1回就職ガイダンス(7月) ➡ 第2回就職ガイダンス(10月) ➡ 第3回就職ガイダンス(12月) ➡ 進路支援プログラム(春2月中旬～8月上旬)

主な就職支援プログラム(2004年度実施予定)

- 大学生生活の充実って?【個人相談・就職】
- 大学生生活ナビゲーション【グループワーク】
- 授業「仕事と人生」
- 公務員ガイダンスシリーズ
- 働くステージを知る
- 各種講演会
- 企業見学会
- 試験制度知る(各種資格試験)
- 企業見学会
- 実践講座(プレゼンテーション・コミュニケーション)

授業を通して得る職業意識

仕事と人生(全学共通カリキュラム総合D群)

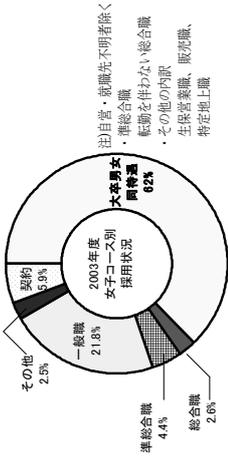
※【正課授業】全学共通カリキュラム「仕事と人生」履修者対象は1～4年次であるが、履修者の7割が1・2年次生。

2004年度 授業内容	(池袋キャンパス)	(武蔵野新座キャンパス)
第1回 問題の提起-キャリアアブタニング	第1回 働くということ-問題提起	第1回 働くということ-問題提起
第2回 働くということ	第2回 雇用市場の動向	第2回 雇用市場の動向
第3回 就職の実態	第3回 就職の実態	第3回 就職の実態
第4回 雇用市場の動向	第4回 立教生の就職意識の変遷	第4回 立教生の就職意識の変遷
第5回 ホワイトカラーのキャリア形成	第5回 職場の諸問題/労働者の権利と義務	第5回 職場の諸問題/労働者の権利と義務
第6回 組織と個人	第6回 組織と個人	第6回 組織と個人
第7回 男女雇用機会均等法の実態	第7回 企業が求める人材	第7回 企業が求める人材
第8回 契約・派遣・パートという働き方	第8回 多様な働き方(1) 育児・社会人入学・そして再就職	第8回 多様な働き方(1) 育児・社会人入学・そして再就職
第9回 外資系企業のキャリア	第9回 多様な働き方(2)-国際協力の現場で働く・青年海外協力隊	第9回 多様な働き方(2)-国際協力の現場で働く・青年海外協力隊
第10回 求める人材(1)	第10回 求める人材(2)	第10回 求める人材(2)
第11回 求める人材(2)	第12回 NPO・NGOで働く	第12回 NPO・NGOで働く
第12回 NPO・NGOで働く	第13回 総括討論	第13回 総括討論
第13回 総括・討論	学生参生との就職活動	学生参生との就職活動

7割が男女兼修でスタート。抜がる女性の活躍フィールド

女子学生の就職支援

キャリアセンターでは女子学生向けに特別のセミナーを開設し積極的にバックアップしています。



進路・将来に向かって具体的に準備し、行動する時期

4年次 ➡ 第1回就職ガイダンス(10月) ➡ 第2回就職ガイダンス(12月) ➡ 第3回就職ガイダンス(12月) ➡ 進路支援プログラム(春2月中旬～8月上旬)

主な就職支援プログラム(2004年度実施予定)

- 〈常に〉
- とことん親身です!【個人相談】(進路・就職)
- 〈4年次秋〉
- 自己分析グループワーク
- 公務員セミナー
- エントリーシートグループワーク
- 福祉職セミナー
- 内定者を囲むグループワーク
- 就職特別セミナー
- 模擬面接グループワーク
- 一般常識・模擬適性検査
- 立教オリジナル業界セミナー
- マナー講座
- OB・OG懇談会
- 対話型企業研究ミニセミナー
- 女子学生セミナー
- 企業研究セミナー
- 〈3年次春〉
- 内定者企画1「模擬面接」
- グループディスカッション
- 内定者企画2「女子セミナー」
- 内定者企画3「エントリーシート講座」
- 卒業生による「プレゼンテーション講座」
- 立教経済人クラブ共催シンポジウム

～卒業生が学び集う空間～

「立教ビジネススクリエーター塾」

卒業生から在校生へ

「立教ビジネススクリエーター塾(略称:立教 RBC)」は、「立教キャリア塾」を母体に、若手卒業生たちの勉強会として2004年4月より活動を開始しました。卒業後のキャリアアップ、立教のネットワーキング、在校生への就職支援を目的として、キャリアセンターとビジネスデザイン研究科の後援の元、若手卒業生が事務局を担当。主に卒業生20～30名を対象とし、各勉強会のテーマに合わせ、毎月17:30から田町サテライトキャンパスにて行います。現在、登録している卒業生は130名。キャリアセンターは卒業生と大学の新しい関係作りを構築し、在学生に還元していきます。

4年次 ➡ 進路・就職相談 ➡ 卒業

〈4年次秋〉

- 最後の最後まで!【個人相談】(進路・就職)
- 学内企業セミナー
- 学内合同企業セミナー(複数回)
- これからの就職活動対策ガイダンス

～4年生による就職支援組織～

「立教キャリア塾」-ピア相談

先輩から後輩へ

立教キャリア塾は、4年生約100名の企業内定者がボランティアとして組織化された自主的に活動しています。在学生の就職活動支援・卒業後のネットワーキングを目的として活動しています。キャリアセンターと協働で、各学部リーダーを中心に「組織」として活動しています。学生自らが後輩を支援し、かつ卒業後も連携していくという本学らしい流れを構築しています。

立教大学キャリアコンサルタント企画参加者一覧

別表

：就職決定者および就職ではないが進むべき道を自己決定した者

性別	参加経緯	参加当初の就職活動状況	参加状況	コメント
1 男	一斉メール	2留していたこともあり、結果が出なかった。	第二クールから参加	カウンセリングによって自信が持て、自己肯定できるようになった。希望の業界から内定獲得し活動終了。2留のハンデも乗り越えた。
2 女	職員紹介	内定取り消しされ再開	第一クールで終了	もともとしっかりしている学生。ラベルワークのみの受講。希望業界に内定し活動終了。
3 男	8月セミナー参加者へのメール	活動中だが結果が出ていなかった。	第一クールから継続	自己肯定力が低い、笑顔が全然出ないという状態がカウンセリングを通じて徐々に変わっていった。1次面接で落ちることはほとんどなくなった。結果は出ていないが前向きに活動中。
4 男	職員紹介	最終面接落ちが3回。気持ちが向かず、活動出来ずにストップしていた。	第一クールから継続	もともとしっかりしている学生。就職活動を再スタートするくらいきついかげどなった。前向きに活動した結果、1社内定獲得。内定先に活動継続の了承を得て、現在も活動中。
5 女	職員紹介	結果が出ず、活動をストップしていた。	第一クールから継続	自信が全く持てない状態でのスタートだったが、笑顔を褒められから徐々に明るくなってきた。自分の進むべき方向性が見えてきた。消極的な部分はやや残るものの、あきらめずに活動したところ、内定獲得し活動終了。
6 女	職員紹介	特定企業しか受けていなかった。全滅した状態でちょうど活動を始めたところだった。	第一クールから継続	特定業界以外のことを全く考えない状態でのスタート。カウンセリングを通してアプローチしていく企業や職種の種類が広がった。もともとしっかりしている学生のため、方向感が見えた途端にうまくいきだし、内定獲得し活動終了。
7 女	一斉メール	公務員からの切り替え	第二クールから参加	公務員の結果が出ず、進路選択に悩んでいた。カウンセリングを通してやはり公務員になるしかない目標を見定めることが出来、一度は明るくなったが、ラストチャンスの公務員試験も駄目になった時点で元にもどってしまっ。キャリアアセンダーでフォローした結果、再び前向きになり内定獲得し活動終了。
8 男	職員紹介	起業するためにはベンチャーしかないという考えに固執。見合う企業はないほとんど活動していない状態だった。	第一クールから継続	実現できない目標を恣意的に設定するなど、ありのままの自分を受容しなかったからこぼれない姿勢が、カウンセリングによって大きく変わった。自信が持て、視野が広がった。1社内定獲得。内定先に活動継続の了承を得て、現在も活動中。
9 女	一斉メール	内定保有していたが決まがねていた	第二クールから参加	内定先の他人からの評価に左右され、かといって実態を確かめられない状態でもできない状態で悩んでいた。カウンセリングを通じて、自分軸で見られるようになった。希望業界に内定し活動終了。
10 女	職員紹介	総合職全滅。夏以降は教職、部活で活動出来ず。秋から再開していたところ。	第一クールから継続	初回のカウンセリングで進むべき方向を定めることが出来た。以後非常に積極的に活動。模擬面接で弱点を知ることができ、プラスになった。粘り強く活動した結果内定獲得し活動終了。
11 男	一斉メール	NGO志望のため全く活動していなかった	第二クールから参加	カウンセリングによって民間企業での就職活動をする気持ちになった。もともとしっかりとした学生であり、すぐに結果が出た。希望業界に内定し活動終了。
12 女	8月セミナー参加者へのメール	内定先辞退 就職以外の悩みにより活動できない状態だった	第一クールから継続したがカウンセラーとうまくいかず辞退	数回のカウンセリングでは心の悩みを解消することは無理な状態だった。就職を決めかねばと迫られているように感じてしまった部分もあり、就職以前にもっと自分の話を聞いて欲しいと途中で辞退の申し出があった。その後キャリアアセンダーでフォロー。内定獲得し活動終了。一人目のコンサルタントがじっくりと話を聞いてくれたことが活動を再開する気持ちにした。
13 女	職員紹介	内定先に疑問が生じ、内定辞退したが、どうやって動いていいのかわからなくなっていた	第二クールから参加	カウンセリング、ミワークへの参加によって就職したいという気持ちが出てきたのは収穫。徐々に動けるようになった。他の学生数回のカウンセリングでは不足のため、キャリアアセンダーでフォロー中。前向きに活動中。
14 男	職員紹介	すでに1年希望留年しているが、視野を広げることができずに結果が出ていない状態	第二クールから参加	自己分析をはじめ机上で出来ることはすでにやりつくしている状態。それを客観的な視点も入れて確認できたことは本人にとっても収穫だった。2留を決意し、活動し始めた。紙上や自分の世界から抜け出して外に出ていくことが徐々に出来るようになった。
15 男	一斉メール	公務員からの切り替え	第二クールから参加	カウンセリングにより進むべき道が確信できた。卒業後も1年限定で警察官を目指すことを決意。準備を再開した。

性別	参加経緯	参加当初の就職活動状況	参加状況	コメント
16 女	職員紹介	活動は継続していたが、年齢、文系院生と悪条件が重なり、全く結果が出ていない状態	第一クールから継続	企業側にあわせて受身の活動をしてしまい、自分のよさが全く出せていなかったことをカウンセリングによって気が付くことが出来た。希望職種に内定し活動終了。
17 女	職員紹介	特定業界に絞って活動中だった	第一クールで終了	もともとしっかりしている学生。ラベルワークのみ受講。希望業界に内定し活動終了。
18 男	職員紹介	夏前に一旦活動ストップしたが秋から再開し、活動中だった	第一クール途中で辞める(カウンセラーとうまくいかず)	手取り足取りやさしく接するやり方が合わないということで途中辞退の申し出があり、継続してキャリアセクターでフォロー。キャリアセクターが企業との間に入って紹介した企業に内定し活動終了。
19 女	参加者からの紹介	結果が出ず、活動をストップしていた。	第一クールで終了	求人情報提供が主体の企画ではないと意味がないということで途中辞退。現在活動中。
20 女	職員紹介	活動中だが結果が出ていなかった。	第一クールで終了	卒業に向けての授業出席、試験準備を優先させるためキャリアコンサル企画は途中辞退。授業・試験を優先したため受験した数は少なかったが就職活動をした結果、内定獲得し活動終了。
21 女	職員紹介	活動中だが結果が出ていなかった。希望留年するつもりだった。	第一クールで終了	やりたいことが明確で、現状の求人ではそれが満たされないため、希望留年の気持ちで離れず、キャリアコンサル企画は途中辞退。希望留年を決定し、活動開始。
22 男	職員紹介	特定業界しかやりたくなくというところでほとんど活動していなかった。	第一クールで終了	カウンセリングによって固執していた志望業界以外にも興味が持てそうなところに気がつき、一旦は視野を広げてみる気になったが、やはりその業界にしたいという気持ちになった。契約社員への転換を視野に入れた志望業界でのアルバイトに専念。
23 男	職員紹介	親にせかされているからととりあえずキャリアセクターにきているが、行動はできなかつた状態。	第一クールから継続	初日は一言も言葉が発することが出来なかつたが、数回のカウンセリングにより、明るくなり、動けるようになった。結果は出ないがかなりの前進だった。しかし卒業がかなり厳しいという現実を目の前にして、中退せざるを得ないのではないかという不安と恐れがピークに達し、一時は一切の活動を停止した。試験終了後はキャリアセクターでフォロー中。前向きに活動中。
24 女	職員紹介	活動中だが結果が出ていなかった。	第一クールから継続	カウンセリングを通じて、自信がついてきた。自分の夢とテーマに気付くこともできた。それを就職活動にどうつなげていくかを課題として活動中。キャリアセクターでフォロー中。
25 女	一斉メール	総合職に絞って活動していたが結果が出ず、視野を広げようとしていたところだった。	第二クールから参加	自信喪失気味の状態だったが、カウンセリングを通じて少し自信が持てるようになってきた。笑顔も自然に出るようになった。単位が残っており、試験勉強で忙しく、活動が今ひとつ進んでいない状態だが、試験終了後全力集中すると前向きな発言が出るようになった。終了後は前向きに活動中。面接も通るようになり自信がついてきた。
26 女	職員紹介	すでに1年希望留年しているが、どうしたらよいか分からぬまま動いている状態で結果は出ていなかった。	第一クールで終了	カウンセリングを通じて進むべき方向が見えてきた。将来の目標のステップとしてまずは事務職でもいいの正社員で働きたいという気持ちになった。方向が見えたということで第一クールで終了したいとの申し出あり。その後前向きに活動中。
27 女	職員紹介	留学帰り。8月から留学した国をキーワードに活動していたが、対象企業もほとんどなく結果が出ていなかった。	第一クールから継続	本人のこだわりがかなり強く、カウンセリングでは面接準備、確認にとどまった。カウンセリング期間中に志望企業すべて不採用となってしまい、むしろやる気が急速になくなってしまった。もうやめるといふ気持ち踏みとどまらせないで一杯の結果となった。その後キャリアセクターでフォローした結果活動再開。内定獲得し活動終了。
28 女	キャリアセクター掲示板で声かけ	公務員からの切り替え	第一クールから継続	人見知りや気が弱く、なかなか自分を出しづらかったが、カウンセリングの回数を重ねるごとに徐々に開示してくれるようになった。活動に対して前向きになった。正社員のみではなく契約・派遣も視野に入れたら活動したところ、正社員で内定獲得し活動終了。
29 女	職員紹介	特定業界のみしか活動していない、アルバイト先(その特定業界)で契約社員として採用するとの話があったが、進けづなかつた。難から悩んでいてどうしたらいいか分からない状態だった。	第一クールから継続	職業選択上の意見を様々な方から聞けたのが彼女の収穫。話を聞いてもらったことへの満足感是非常に高いが、優柔不断な性格から決めかねていたが、年明けに決意。アルバイト先に契約社員として入社することが決定し活動終了。
30 男	8月セミナー参加者へのメール	特定業界中心に活動していたが結果が出ず、精神的ダメージを受けていた	第一クールから継続	自分の考え・やり方に全く自信がもてなかつたが、初めて自分の話を肯定的に聞いてくれたということと急激に変わった。目指す方向が定まり、自信をもって望めるようになった。志望業界に内定し活動終了。
31 女	一斉メール	特定の専門職に絞って活動していたが、結果は出ず、活動ストップしていた。	第二クールから参加	自己分析～志望動機まで大変ハイレベルに出来ていた。礼儀正しくしっかりしており全く問題ない状態だった。カウンセリングは主に面接対策にあてた。希望業界・職種に内定し、活動終了。

性別	参加経緯	参加当初の就職活動状況	参加状況	コメント
32 男	キャリアセンター掲示板で声かけ	内定あるが辞退。資格取得目指そう決めたところ。	第一クールで終了	数回のカウンセリングでは本人の方向を定めることは出来なかつた。第二クールは辞退。しかしこの企画への参加が考えきつかけとなり、資格取得で気持ちちは固まった。その準備を開始した。
33 女	職員紹介	面接が苦手な活動自体を避ける傾向にあった。数社受けたが結果が出ていない状態だった。	第一クールから継続	カウンセリングを通じて明るくなってきて、行動を起こそうという気持ちにはなってきた。本人も認める先延ばしは徐々に直り活動を地道にした結果、希望職種に内定し活動終了。
34 男	職員紹介	2年留年の後、2004年9月に卒業。既卒求人が少なく困っていた。	第一クールで終了	カウンセリング、ミニワークにより面接対策が十分に出来た。新卒が条件だったキャリアセクター親密先にお願しいし土壌にあげてもらった(本人は既卒)。自信を持って臨めたため内定獲得。活動終了。
35 女	職員紹介	インターンに参加した企業1社のみ受けたが結果が出ず一旦活動ストップ。秋から再開したところだった。	第二クールから参加	企業としての考え方や自分のやりたい思いの折り合いがつかず悩んでいたが、カウンセリングと、同じように悩んでいる仲間がいるのが分かったことで吹っ切れた。気持ちが前に向くことで、明るくしゃべり出した。そのため結果はすぐに出た。内定獲得し活動終了。
36 男	一斉メール	公務員からの切り替え	第二クールから参加	かなり緊張するタイプ。カウンセリングは大半を面接トレーニングにあてた。少しずつよくなってきたが、数回のカウンセリングでは限界あった。しかし粘り強く活動をした結果、非営利団体(社)内定。
37 男	一斉メール	5月の時点で活動をやめていた。	第二クールから参加	一度はフリーターに決めるも、カウンセリングにより安易にそれを選択することの機会損失に気付くことが出来た。これから活動する気持ちになった。キャリアセクターでフォロー中。
38 女	職員紹介	ロースクールへの進学を考えていたが、就職に切り替えようとしたところ	第一クールで終了	とにかく迷っていた。カウンセリングは1回のみだったので、効果ははかれないが、継続して活動をした結果、志望業界に内定し活動終了。
39 女	職員紹介	1社のみ受けただけで活動はしていない状態。	第二クールから参加	ある特定の職種しか考えていないとのこと。話を聞くとその根拠は不明確だったので、キャリアコンサルタントから視野を広げることに気付くよう話をした。自分のことを否定されたと受け取り、2回目以降は辞退。しかしこれが自分を直すきっかけとなった。方向観を見出し、現在活動中。
40 男	職員紹介	NGO志望のため就職活動は全くする気がなかった。	第二クールから参加	カウンセリングにより、キャリアビジョンを確立することが出来た。気持ちの整理が出来た。まずは就職して精神的にも経済的にも自立したいという気持ちになった。それを福祉の世界でということも固まった。前向きに活動中。
41 男	一斉メール	留学帰り 8月から活動	第二クールから参加	ミニワークで面接に対する心構えがしっかりと出来た。インターンで人脈が出来た企業等独自に選考進めているが、それ以外なら希望留年するとの決意。方向は定まっておらず問題なし。キャリアセクターでフォロー中。
42 女	一斉メール	夏までは特定業界に絞って活動し、結果は出なかった。秋からは視野を広げて活動していたところ。	第二クールから参加	ラベルワークのみ参加。自分で出来るということでカウンセリングは希望せず、志望業界に内定し活動終了。
43 男	一斉メール	内定保有していたが決めかねていた。	第二クールから参加	ラベルワークで自分の本来の興味に目覚め、音楽活動をしたいとのことで、不安に感じていた内定先を辞退し一旦は専門学校への進学を決意した。しかし、考え直し就職活動を再開。現在活動中。
44 女	一斉メール	1社内定あるがどうしても特定業界に行きたいということで絞って継続中だった。	第二クールから参加	カウンセリング1回のみ受けた。面接に備えて模擬面接を実施し志望動機の整理を行った。しっかりとしている学生であり、内定獲得し活動終了。
45 男	職員紹介	公務員からの切り替え	第二クールから参加	キャリアセクター個人相談、ミニワークを活用し面接準備をしっかりとしたりした結果、自信を持ってのようになった。希望業界に内定し活動終了。
46 女	一斉メール	5月に降あきらめてしまい活動停止	第二クールから参加	特定業界に固執していたがカウンセリングによって視野が広がった。結果は出ていないが前向きに活動中。
47 男	8月セミナー参加者へのメール	公務員からの切り替え	第一クールから継続	自信が全く持てない状態でのスタートだったが、カウンセリングを通じて自己肯定が徐々に出来るようになった。このことに加え第二クールでは就職に関する興味がかかりしてきた。消極的な部分はやや残るものの、あきらめずに活動中。キャリアセクターでフォロー中。
48 女	8月セミナー参加者へのメール	特定業界に固執していたが結果は出ず。視野を広げなければとは思っているものの目標が設定できない状態だった。	第一クールから継続	カウンセリングを通じて進むべき方向が徐々に見えるようになった。自分の欠点も客観視できるようにになった。自分に足りない点・補うべき点に対しての気付きが増えた。自信が出てきたことで、この状態で再度活動したほうがいいのではないかと考えており、希望留年が視野に入りました。キャリアセクターでフォローしたところ、卒業することを決意。新卒紹介派遣も含めて活動再開。

性別	参加経緯	参加当初の就職活動状況	参加状況	コメント
49 女	職員紹介	公務員からの切り替え	第一クールで終了	すべての企業の選考から落ちてしまいかかり傷ついている状態からのスタート。就職できないというあせりを感じ、自信を失っている。キャリアカウンセリングにかなり機能的だったが、信頼感が醸成され自己開示するようになったところからカウンセラー交代。その状態で受けたミワークでかなり自己否定されたと感じてしまい、次のカウンセラーに会う前に辞退。その後キャリアセンターでフォローしたところ、希望職種に内定し活動終了。
50 女	8月セミナー参加者へのメール	保育士志望だったが、大卒なので就職しないといけ ないと親に意見されあきらめかけていた。	第一クールで終了	カウンセリングにより自分の本当にみたい道を確信することができた。両親の説得にも成功し、資格取得に向けて専門学校に通いだした。派遣で事務職をしながら勉強をしていく方向に決定。派遣社員に決定し活動終了。
51 女	職員紹介	秋まで特定職種に絞って活動し、結果は出なかつた。まずは正社員事務職で社内に在りそこから特定職種を目指すという事で方向転換したところだった。	第二クールから参加	自分で出来るということからカウンセリングはせず継続してキャリアセンターでフォロー（主に面接対策）。希望職種に内定し決定。
52 女	8月セミナー参加者へのメール	特定業界に絞って活動していたが結果は出ず。進路変更すべきかどうか迷っていた状態。	第一クールから継続	カウンセリングを通じて自分の方向性に迷いがなくなった。自己肯定できるようになった。希望留年を決定し、前向きに活動中。
53 女	職員紹介	留学帰り。8月から活動するも結果は出ていなかった。	第二クールから参加	カウンセリングを通じて留学した国に関わる仕事へのこだわりはなくなり、視野を広くもつという気持ちになった。現実吟味が進んだ。企画終了後希望留年を決定したとのこと。こだわりはなくなったが、あまりに選 択肢が少ない今の状況では将来は決められないというのがその理由（留学帰国後＝秋 からの活動だった）。
54 女	キャリア塾生からの紹介	特定業界を中心に活動していたが、結果が出ず、やる気自信ともに喪失していた。	第一クールから継続（第二クール途中で辞退。カウンセラーとうまく かす）	第一クールでは、カウンセリングを通じて自信が出てきたこと、求人情報がたくさんあることを知ったことにより活動再開への意気込みが伺えた。前向きになって動き出した。第二クールでは、面接対策の際、弱点を指摘されかなり自信を失う。途中辞退。その後はキャリアセンターでフォローしたところ1社内定獲得。活動終了。
55 男	職員紹介	点でしか活動をしていなかった（ほんの数社しか受け ていない）。	第二クールから参加	この企画をきっかけにゆっくりではあるが点ではなく線で活動を開始。職業に関する情報・就職活動に関する情報ともかなり不足している。キャリアセンターでフォローし1社最終面接までこぎつけたが結果出ず。前向きに活動中。

※職員紹介：キャリアセンターに相談に来ていた学生に職員から紹介

※一斉メール：進路決定届未提出の4年生に送信

※8月セミナー参加者へのメール：8月学内企業研究セミナー参加者でアンケートに名前記入のうえ回答してくれた学生にメール送信＋EJフォロー

※掲示板で声かけ：キャリアセンターに相談に来ていない（来れなかつた）がキャリアセンター掲示板を見ていた学生に声をかけた

※キャリア塾生からの紹介：内定者による就職活動支援企画参加者から紹介

大阪商業大学

1. 学校の概要

学校名	大阪商業大学
区分	4年制大学
所在地	大阪府東大阪市御厨栄町4-1-10
設立年	1949年
設置学部	大学院：地域政策学研究所地域経済政策専攻（博士課程前期・後期） 専攻科：商業専攻・経済専攻 大学：経済学部、総合経営学部
学生数	大学：4,530名（平成16年10月22日現在）

2. 学校の特徴

大阪商業大学は「世に役立つ人物の養成」を建学の理念として掲げ、建学理念に基づき、以下の4つの教育目標を打ち出している。

- 1) 思いやりと礼節：国際社会に通じる「思いやりと礼節」をわきまえた責任感の強い立派な人間
- 2) 基礎的実学：学習活動に真面目に取り組み、「基礎的実学」を習得した人間
- 3) 柔軟な思考力：いかなる状況の変化にも対応できる「柔軟な思考力」を保持する人間
- 4) 楽しい生き方：困難な状況下でも、常にプラス思考で取り組み、「楽しい生き方」のできる人間

すなわち、変化の激しい現代社会において現況と将来を的確に判断し、社会に貢献できる人材を養成することを目的としている。

「即戦力人材」として企業評価も高く、毎年「就職率90%以上」の実績を残している。

また、地域経済界や高校との連携が不可欠との問題意識のもと、平成10年度より本格的な起業教育・起業家育成に取り組んでいる。その特徴は、インキュベーション施設や出資制度による創業者支援を含む総合的な取り組みであること、かつ地域および高校と連携した取り組みとなっていることであり、「大阪商業大学ビジネス・パイオニアコース」設置や「大商大ビジネス・アイデアコンテスト」等を実証されるように大きな成果をあげている。（この取り組みは「地域や高校と連携した起業教育・企業家育成」として、平成16年度文部科学省「特色ある大学教育支援プログラム（特色GP）」に採択されている。）

3. 学生に対するキャリア形成支援の考え方

「自ら考え、目標を立て、行動していける」「大学時代までに習得した知識を知恵に転換できる」柔軟な思考力を持った人間として、実社会で活躍できるよう、1年次から就

職課を中心に、「職業意識啓発」「能力開発」のための指導・支援を行っている。

4. 学生に対するキャリア形成支援のこれまでの取組概要

<就職指導>

学生の就職活動を支援するため、各種ガイダンスの実施や個性を重視した個別指導等、多様な就職指導を展開。

- ・ 就職ガイダンス

1年次から就職に対する知識・意識向上を目的に実施。就職活動が本格化する3年次においては、ゼミ授業での少人数ガイダンスをはじめとして、基本から実践までの多様なガイダンスを実施する等、徹底した就職指導を行っている。来年度からは2年次生を中心として少人数ガイダンスでの指導を徹底していく方針である。

- ・ 個別面談（相談）

学生個人の適性・希望を把握することで適切なアドバイスができるよう努めている。個別相談では学年を問わず、幅広い相談に応じている。

- ・ 就職模擬試験

2・3年生を対象に、自己の適性・能力・学力などを学生自身で客観的に判断させるために実施。結果は就職指導に活用。

- ・ インターンシップ

企業での就業体験により、就職意識の向上・職業観形成を目指す。

<就職支援事業>

- ・ 学内企業セミナー、就職試験対策講座、企業訪問等実施。

同大学においては、キャリア形成支援は、主に就職課が担っているが、3年次のすべてのゼミに就職課員が訪問し、教員も交えたガイダンス・保護者用就職ガイドの刊行等で、大学・保護者が一体となって、学生のキャリア形成を支援している。

今後は教員との連携をより一層深め、学生の個性を尊重した個別面談を行っていくためにも大学を挙げて、「学生のキャリア形成を支援する」者としての資質向上にも取り組んでいく。

5. キャリア・コンサルタントを活用したキャリア形成支援の試行実施の内容

(1) 試行実施の概要

学生のキャリア形成支援者としての基礎体験講座

- ・ キャリア開発支援の意義について、基本的な知識・理念の理解・整理
- ・ 傾聴（ロールプレイ）体験
- ・ 学生相談の事例検討（グループワーク）

<対象>

学生サービス部門（就職課・教務課・学生課等）職員の希望者24名

（教務・入試課3名、企画・広報課3名、図書館2名、学事課3名、学生課5名、エクステンションセンター2名、就職課6名）

<目的>

- ★ 学生のキャリア形成支援者として、より「信頼され親しまれる」存在となるため、学生とのコミュニケーションのあり方、学生支援のあり方等について、基本的な知識・理念を、教職員間で共通のものとする。
- ★ 自分自身のコミュニケーションパターンを知り、「傾聴」の基本スキルをロールプレイで体験学習することで、対学生だけでなく、学校組織における「開かれた人間関係作り」に役立てる。
- ★ 学生相談の事例検討を行うことで、日々抱えている課題・疑問等について、参加者で共有する機会を作る。
- ★ 自分自身の現状分析・キャリアプランを確認してみることで、「学生支援者」として取り組むべき自己の課題に気づく。

<キャリア・コンサルタントの役割>

◎ 担当キャリア・コンサルタント 各回 2名

講義講師、グループワークファシリテーターを務める。

今回担当のキャリア・コンサルタントは、大学・公的機関・企業等での活動実績があり、豊富な現場情報を提供できるため、自大学内の情報・知識に偏りがちな教職員に対して、通常とは異なる問題意識・観点を提示することが可能である。大学教職員においても、キャリア・コンサルタント資格を取得する者が増えているが、資格取得講座での学習範囲にとどまっており、学生を含む若年者のキャリア形成支援において不可欠である「発達支援」（メンタルヘルスを含む）に関する理解・知識はまだ不十分なのが現状である。この点についても、専門知識を有するキャリア・コンサルタントがサポートすることで、本来教職員が持っている支援リソース（例えば学術的な専門知識、自大学への求人情報、自大学学生の進路選択傾向情報等）が、より有効に活用されることとなる。キャリア・コンサルタントと教職員は相互に補完する存在であり、決して競合する存在ではないのである。

また、本事例の主目的の一つである「学生のキャリア形成支援者自身のキャリア形成」についても、キャリア・コンサルタントを活用することによって、「大学教職員」という限定された視点だけでなく、「一人の社会人」としての基本的視点で取り組むことが可能となる。また、大学組織に対して、教職員のキャリア形成に対する継続的・総合的支援の必要性を啓発し、そのための具体的取組を提案・実施できるのも、キャリア・コンサルタントだからこそ、可能なのである。

<カリキュラム内容>

日 程	テーマ&内容
12月3日(金) 18:00~21:00	<p>1) キャリア形成の基本を学ぶ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・キャリア形成の意義について：学生支援の前に「自分のキャリアを自分できちんと考える」ことの大切さについて、企業等での取り組み事例を紹介しながら解説、キャリア・カウンセリングの視点とキャリア・ガイダンス、キャリア・ファシリテーションの視点との違いについて解説、参考書籍紹介（参考1） <p>2) コミュニケーションの基本を学ぶ</p> <p>①自分のコミュニケーションパターンを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・TEGを実施して各自自分のタイプを知る ・実施結果について2～3人単位での話し合い 話し合い中、キャリア・コンサルタントは各グループを巡回、自分のタイプ解釈についての質問等に回答 ・交流分析・アサーション理論の紹介・解説（講義）：交流分析、アサーションの理論背景について解説 <p>②アサーション体験実習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「依頼」と「断り」（2人一組） 「自治会の役員になってもらう」よう依頼する側とそれを辞退する側との2人一組で、3分間で役割交代してロールプレイ。キャリア・コンサルタントは、各ペアを巡回。終了後、受講者3名から感想を述べてもらい、それに対して簡単なフィードバックを行う。 ・アサーティブな対応を考える（6人一組） 2つの事例のうち1つを選択し、アサーティブな対応例をグループで話し合って作成。グループごとに発表。キャリア・コンサルタントは、各グループを巡回、受講者からの質問等に適宜対応。 <p>③「傾聴」の基本ロールプレイ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・3人一組でのロールプレイ 「話し手」「聞き手」「観察者」の3人一組で、キャリア・コンサルタントが用意した課題（5つ）の中から1つ選択して、8分間ロールプレイ。キャリア・コンサルタントは、ロールプレイに入る前に「傾聴」の基本について、解説。ロールプレイ中は各グループを巡回。ロールプレイ終了後、ロールプレイで気がついた点についてフィードバックを行い、「リレーション」について解説。 <p>④まとめと振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本日の研修内容全般を振り返り、受講者からの質問等に回答。

12月9日(木) 18:00～21:00	<p>学生のキャリア形成支援者としての自己研鑽</p> <p>①学生相談事例検討（グループワーク）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・就職活動についての相談 ・学生生活についての相談 <p>キャリア・コンサルタントが用意した事例について、どのように対応するか、4つのグループに分かれて各20分グループでの話し合いを行う。1回の話し合い終了後、グループごとの発表を5分ずつ行う。</p> <p>キャリア・コンサルタントは話し合いの間、各グループを巡回。グループ発表終了後、発表内容及び話し合いの時気づいた点についてフィードバックを行い、受講者からの質問等に回答。</p> <p>②参加者自身の現状満足分析・キャリアプラン作成を行う（個人ワーク）</p> <p>キャリア・コンサルタントが作成したワークシートを用い、受講者自身の現状における課題・問題意識を文字化・言語化し、それに基づいた自己啓発プランを作成してみることで、自分自身が自分のキャリア形成について、どの程度取り組んでいるかを再認識する。個人作業であるため、キャリア・コンサルタントは前回講義（「キャリア形成の意義について」）を振り返りながら、再度自分自身で考え取り組むことの重要性について触れるにとどめる。</p> <p>③まとめと振り返り</p> <p>2回の講座全体の振り返り、受講者からの質問等に回答、今後の学習についての情報提供を行う。</p>
-------------------------	---

（2）実施結果

ア．参加状況

12月3日（金） 出席 22名 欠席 2名

12月9日（金） 出席 21名 欠席 3名

イ．参加の感想（別表1参照）

全体的な傾向として、初回で自分の自我状態を知ることができた（自己理解）ことに新鮮さ・面白さを感じ、そこからの気づきを、自己啓発目標とする者、学生対応等通常業務に活用したいとする者にと二分された。ロールプレイ・グループワークを中心とした体験・実践型学習スタイルは好評で、満足感・有意感を表現する感想が目立つ。講座を通じて意識した問題点・課題については、「傾聴の難しさ」「自分がいかに話を聴いていなかったか」「大学の考えを持ち込まずに学生の話聴くことの難しさ」「話を聴く時・する時の自分のクセ」等が挙がっており、今まで「できている」「やれている」と思っていたものが、まだまだ問題点を抱えた対応であった

ことに気づいた者がほとんどであったのは、大きな成果であった。また「全職員が受講すべき」「いろんな課で話し合えて良かった」「今後継続して学習したい」という感想も多く、キャリア・コンサルタントの継続的関与が期待される場所である。

ウ. 意識調査：受講アンケート（別表2参照）

「学生のキャリア支援とは具体的にどのような事だと考えるか」という設問に対して、就職を中心とした卒業後の進路選択のサポート及びそれに関する情報提供・アドバイスという回答内容が目立つ。「長い人生というものをキャリアと考える」「学生が自分の持っている可能性の豊かさに気づき、その視野及び志の広さで自分のライフプランを考えてみようと思えるように働きかける」のように、大学期における成長・発達の可能性に言及する回答は少数派である。「学生のキャリア形成支援を行う時の自分の持ち味・強み」としては、「気長に話が聞ける」「今までの職業経験」「自分も親である」等、今までの自分の体験に頼る傾向が非常に強い。「学生のキャリア形成支援者として一番大切と思われる事はどんな事か」という設問に対しても、「適切なアドバイスができる」「話を聞きだせる」「指導していく」「答えを出させる」等、指示的アプローチ志向が強い。「自分自身のキャリアプランについて」は、回答者22名のうち、「明確に決まっている」「ほぼ決まっている」を合わせて5名である一方、「考えたこともない」「全然決まっていない」が11名というところに、大きな課題があると考えられる。

以上の回答結果から、キャリア・コンサルタントを活用して、教職員自身のキャリア形成意識並びに学生のキャリア形成支援における発達支援の重要性の啓発、キャリア形成支援者としての基礎的スキルトレーニング等を継続実施する必要性の大きさがうかがわれる。

- * 参加感想・受講アンケートとも記名式。整理番号は感想・アンケート共通で発行。各整理番号の回答は3件とも同一人物の回答。

6. 事例担当者の意見

従来「就職課」を中心に進められてきた「学生のキャリア形成支援」を、大学挙げての取り組みと位置づけ推進していくためには、教職員の意識啓発がまず必要な課題となる。今回、参加申込者募集に際して、学内告知と同時に申込者が集まり、すぐ定員となったため、教員の参加希望を募ることができなかったのは残念であるが、それだけ職員間の意識レベルが高いということでもあり、今回の実施に際しても、全員が積極的に体験・学習していた。1回3時間×2回という、時間制約の大きい基礎体験講座であったが、「学生のキャリア形成支援者としての意識啓発」という実施目的は十分果たせたものとする。実施にあたり、今後の課題と考えられる点を以下に述べる。

- 1) 職員自身の「キャリアプラン」「キャリア形成意識」が明確でないこと
「学校」という組織の特殊性のためか、自身のキャリアプランを持ちにくい・考

えにくい（異動に左右される要素が非常に大きい）状況下にある。今後大学全体で、教職員個人個人が、自分のキャリア開発を自分の問題として認識して、自発的に取り組んでいけるように環境整備することが、早急に望まれる。また、就職・教務・学務等、専門知識・技能を特に必要とする部署においては、「専門職員」の育成に努める必要がある。ここに「チェンジ・エージェント」としてのキャリア・コンサルタントの貢献が大いに期待される。

大学も一つの組織であり、学生が「ここで学生生活を送りたい」と考えるような大学であるためには、組織の構成員である教職員が、自らが所属する組織への愛着・誇り等を持ち、「生き生きとした仕事人生」を送っていることが重要である。そのためにも、大学は教職員に自らのキャリアについて、じっくりと考える機会を是非与えるべきである。今回の受講感想にも「学生のためというより、まず自分自身にとって大切な機会であった」という声があったが、「自分自身のキャリア開発を真剣に考える者が、他者のキャリア開発を支援することができる」（横山哲夫）ことから考えれば、当然の感想であると言える。

大学においても経営変革による人員削減・業務集約化は避けたい動きとなっており、教職員は日々の業務に忙殺される状況であるが、このような時だからこそ、キャリア・コンサルタントのような専門家を活用し、単なるスキルトレーニングの研修ではなく、内的キャリアへの気づきを促進するようなグループアプローチ、ワークショップのファシリテーションを実体験できる機会を教職員全員に与えることが強く望まれる。

2) 「学生のキャリア形成支援」についての認識・理解に職員の個人差が大きいこと

本来、「学生のキャリア形成支援」は、就職関連部署だけでなく、大学全体で取り組むべき課題であるが、まだまだ「出口重視」の傾向があり、どうしても「就職させる」ことを主眼とした支援が優先されるのは否めない。また、最近大きな課題の一つとなっている「不本意入学者の学生生活適応支援」においては、学生課が主担当となっており、事例検討のグループワークにおいて、「このケースは就職課、このケースは学生課」と振り分けていたが、必ずしも単独部署だけで支援できるケースばかりではないこと、部署間の連携が必要であることを再認識する必要がある。

1) で記述したように、大学でのキャリア形成支援には、学生が自己の適性・能力をきちんと認識した上で、生涯にわたる長期的展望に基づいた進路選択を行えるよう支援していくことが要求されるが、その前提条件として、学生一人一人が自分の個性を自覚し、尊重しながら、人間性を成長させていけるよう支援することが挙げられる。

そのために教職員にはまず自分自身の個性（他人との違いや共通点）を理解し、それを尊重する自覚と姿勢が求められる。

「自分はどんなことに興味があるのか、どんなことができるのか、どんな価値観を持っているのか、どんな人生を送りたいと考えているのか」等々の問いに、自らの言葉で答えていくこと、これこそが学生時代だからこそじっくりと取り組むことができる課題であり、卒業後の長い仕事人生のスタートを、漫然とではなく、自ら

選び取ったものと意識づけることを可能にするものである。

学生のキャリア形成支援に関与する者は、「内的キャリア」の重要性を十二分に認識していることが必須の前提条件である。このためにも、例えばCDW^(*)のような「内的キャリア」を重視したキャリアワークショップを体験する機会を、広く周知することもキャリア・コンサルタントが担える役割の一つである。

* CDW : NPO 法人日本キャリア・カウンセリング研究会 (JCC) が普及活動を行っている内的キャリアに重点を置いたキャリア開発ワークショップ。多くの民間企業でCDPのコアプログラムとして実施されている。キャリアカウンセラー・キャリアコンサルタントの育成にも効果的で、雇用能力開発機構のキャリアコンサルタント養成講座、人材開発協会キャリアカウンセラー養成講座、テクノファ社キャリアカウンセラー養成コースなどでも実施されている。

3) 「アドバイス」「指導」志向であること

学生への支援＝アドバイス、〇〇させる、自己決定できるよう導く、〇〇できるように指導するという姿勢が根底にあるため、傾聴実習・事例検討において、話の流れはスムーズであったが、聞き手が一方的に話している時間が多かった。「話し手」役を経験した職員には、不快感を感じた者もあり、「普段学生はこんな感じを持っていたのかもしれない」という気づきを表現する者もあった。また、一見学生の話に耳を傾け、学生の意思を尊重する聞き方をしているようであっても、質問の仕方・種類、情報提供の内容等に「このように決定してもらいたい」「このように言わせたい」という、聞き手の意図が強く感じられる応答例が目立った。受講感想にもあるように、大学職員としての立場上、当然と言えば当然であろう。ここに、今後外部からのキャリア・コンサルタントが中立的立場で関与する意義が見出される。

また、当然のことであるが、キャリア・コンサルタントは「ヒューマンスキルの専門家」として、大学教職員に認識される必要がある。そうでなければ「職員でも十分担当できる」業務しか担えない、もしくは「それもできない」存在と認識されてしまい、大学のキャリア・コンサルタント受入を自ら阻害することとなってしまう。

この点については、キャリア・コンサルタント自身の自覚と研鑽を切に願うものである。

4) 今後継続的学習体制確立の必要があること

今回の基礎講座は、あくまで契機に過ぎない。カウンセリングスキルのトレーニングは継続学習が不可欠であり、そのための体制・制度整備が強く望まれる。現場で毎日多数の学生に関わっている教職員にとっては、即効薬的な方策が要求されるころではあるが、人間の成長・発達を支援する試みは、大学のみならず広く社会全体と連携しながら、長期的に取り組まねばならない課題であることを、社会に向けて発信する役割も担っていることを再認識頂きたい。そのためにも、「大学」という枠組み内のマンパワーだけでなく、キャリア・コンサルタントという専門家を活

用し、多方面との連携を推進していくことが重要である。

また3)で述べたように、キャリア・コンサルタントにおいても、単なる就職情報提供・就職活動スキルのトレーニング技法だけでなく、カウンセリング・スキルを習得していることが、大学において専門的能力を十分に発揮・活躍するために、不可欠な要素であると考ええる。

大学におけるキャリア・コンサルタントは、学生だけでなく、教職員のキャリア形成支援も担えるだけの存在であることが期待されるのである。

1.2月3日 振り返り感想

整理番号	所属	面白い、役に立つと思ったこと	難しい、分からない、役に立たないと思ったこと	その他希望・感想・意見など
1	教務・入試課	アサーションチェックについては頼む側が難しいと感じていたが、後で相手と話してみても断る側も苦しかったと聞いて、非常に興味深かった。	T E Gについては回答に悩む設問もあり、同じ設問でも目をあけてもう一度受けければ違う結果になることも考えられるが、結果の信頼性はどうか？	「傾聴」については、現在業務の中で行っている学生対応について見直す良い機会となった。
2	教務・入試課	T E Gエゴグラムを作成したことが、とても面白く興味深かった。3人で話し手・聞き手・観察者に分かれてロールプレイをしたことが、役に立ちました。	ありません。	先生がどうして専門になられたのか、お聞かせ頂けたらと思います。
3	教務・入試課	欠席		
4	企画・広報課	T E Gで自分の自我状態がどのような感じになっているかが非常に分かって面白かったです。また、自分に足りない部分、伸ばせばよくなる部分など、自分なりに考えて、これから生活していきたい、仕事まで活かしていきたいと思います。	どの取り組みもとても面白く、興味深いものだったと思います。	こうした実習を通してトレーニングなどもっとしたいなあと思います。次回の研修も楽しみにしています。
5	企画・広報課	自己分析をして、自分の長所・短所を再認識できました。ロールプレイやグループワークを通じて、自分の気持ちを人に伝えることや相手の気持ちを理解することの大切さを実感しました。	もう少し時間をかけて研修したかったです。	継続して研修を受けてみたいと思いました。講師の方の説明が良く分かりました。
6	企画・広報課	T E Gであまり人のことを考えていないかもしれないと思っていたところが見事に出たのでびっくりした。気をつけようと思う。(仕事上)	傾聴に関しては、友人と話す時はできていると思う。大学でも少し勉強をしたので、目新しいものではなかった。	もう少し時間が欲しかった。
7	図書館	傾聴のポイントを教えて頂いたあと、実践できたので、実感として良く分かりました。研修の構成の流れが良く、学習するのに役立ちました。	ロールプレイの時、同じ設定でも受け止め方によって流れが変わってくるので、自分のやっている事が正しいかどうか不安だった。	先生のおっしゃっていた通り、実習は何度でも行っていききたいです。実戦に役立てられるよう、取り組んでいきたいです。
8	図書館	・相談者の相談に乗ることがいかに「ムズカシイ」か理解できたように思う。 ・相談者からの本音を聞きだすことが大変か良く分かった。	なし	なし
9	学事課	自己を見直す機会となり、自分自身いい気持ちになれました。今後役立つ研修が受講できてよかったと思います。このような研修は職員全員受講した方がよいと思います。	そのように感じたことはありませんでした。	もっと時間をとっていろいろなロールプレイをしたかった。このような受けてよかったと感じた研修は少ないと思います。ありがとうございました。

10	学事課	・実習中での「依頼」と「断る」の練習。相手への説明の中で納得してもらおう話し方の難しさが分かった。	話し方・聞き方の難しさが分かりました。	どのようなすればうまく聞けて、話せるのか、経験が必要とは思いますが、簡単にできる方法はあるのか。
11	学事課	・アサーティブな対応をロールプレイで心がけましたが、非常に難しいと感じました。 ・ロールプレイで自分は「聴く」つもりで話を聴いていたが、「分析」をしているように聴いているとの声があった。聴くことの難しさを痛感しましたし、気づきがありました。	アサーティブな対応は役に立たないと思った。	特になし。
12	学生課	エゴグラムにより自分のことが良く分かり、低いものに対してはなるべく偏らないよう、自分をコントロールしてあげれば良いことが分かった。また、ロールプレイのような実践があり、良かった。	聴いてもらうことも、聴くことも大変難しい。何回も日常の中で取り入れ、慣れることが肝要である。	なし
13	学生課	保健室で学生のプチカウンセリングをしたりカウンセラーと相談・協力し、仕事をやっていたため、学生を分析することは多いが、自己分析はなかなかできないので、面白かったです。	なし	ロールプレイをもう少しできれば良かったと思います。
14	学生課	講師の先生の説明が良く分かりました。今後の学生指導に役立つことと思います。どうもありがとうございます。	なし	来週の講座楽しみにしております。
15	学生課	相手の気持を考えたりのような気持を聞き入れたらいいのか、分かったような気がする。	とても役に立つと思えたので、役に立たないと思ったことはない。	もっと時間がほしい。
16	学生課	・エゴグラムの見方・考え方が発見できたこと ・キャリアアについての視点が広がった ・「傾聴」についての技法が特に良かったです	なし	・本日の研修で普段気がつかなかったことや反省点等が分かり大変良かったです。特に「傾聴」についてのロールプレイが学べたことが良かったです。ありがとうございます。
17	エグゼクティブセンター	欠席		
18	エグゼクティブセンター	まず自分を知る。次にそんな自分がいい表現をする方法を知る。それから人の気持を聴く。最後にいろいろな立場をやってみる。大変分かりやすくまた楽しかったです。いつももバタバタしていて自分を振り返る余裕がなかったのも、大変いい機会でした。たまにはこのような時間が必要だと思ったり、自発的に時間を作っていたのだと思います。また、人の気持も本当に大切にだと思感しました。	なし	なし

19	就職課	TEGが面白かった。ロールプレイが良かった。	傾聴が難しい。自分の性格がTEGで何となく分かったので、聴いていないという事が分かった。	リレーションづくりをそれぞれの立場で行っていた。
20	就職課	・相談者の話を聴きながら指導してきたつもりであったが、まだ多くの注意を要す点が自分自身で認識できた。 ・ロールプレイングを導入した講座であったため、その都度確認しながら認識できた。	難しいと思った点はなし。	今少し時間をかけて実施してほしい。
21	就職課	交流分析によって自己状態、自分が思う自分自身があるからわかれていたもので、高める目標を一つでもクリアしたいと思っています。	自己状態を高めるのは難しいと思いました。	もう少し時間を取って頂き、じっくりと研修が受けられたらと思います。
22	就職課	・TEGの結果で自身の自己状態を知ることができたので、今後の参考にできると思っています。 ・アサーションの重要性を認識できました。このことも今後役に立ちます。	傾聴の難しさを感じました。	もっとロールプレイの時間があればよいと思います。
23	就職課	“エゴグラム”の結果で自分自身のタイプが分析され、良い面・悪い面を知ることができました。あとは、今後の学生対応に活かされようと思っています。また、実際に言葉で表現することによって、気持ちの上で感じる事が体験できたことは、今後役に立つ、有意義なものでした。	実際にグループ討論の際の相談等、難しいものでした。	自分の実際の課題でロールプレイできれば、もう少し話も進めやすいものになったかもしれないです。
24	就職課	TEGテスト、アサーティヴに考える、自己表現を阻害する原因が明確にあげられており、それを自分自身にあてはめて考えることで少し自分が見えたこと。	TEGの結果分析。一つ一つの見方は分かった（例：A＝大人の判断ができる）が、総合的な見方が分からなかった。（具体的にはFCとACの数値が全く同じだった。個々の結果は理解できたが、2つを比較すると矛盾した結果のようにも思えた。）	ロールプレイの課題が身近にないもので（自治会の役員）、話を進めにくかった。いくつか、複数の課題を設定してほしい。

12月9日 振り返り感想

整理番号	所属	面白い、役に立つと思ったこと	難しい、分からない、役に立たないと思ったこと	その他希望・感想・意見など
1	教務・入試課	ケース分析では普段実際の仕事で直面しているような想定であったが、グループで話し合った場合では、1人で考えた場合と比べて様々な意見が出たことにより、改めて実際の業務の進め方について考えさせられた。	ワーク1・2については、具体的にどのような関係継続し、活用していきければいいのか、時間の関係もあり、充分に理解できなかつた。	2回の研修で行ったトレーニングについては、今後グループでの自習も可能なように、いくつかの自習用課題もあれば良いと思う。
2	教務・入試課	自己分析をした上で、対人関係を考える必要があるのは、面白いと思えますし、学生とのやり取りにも役に立つと思います。	特にありません。	傾聴の中で相手の言ったことを繰り返すということが、技術的なことで是非習得したいと思えます。
3	教務・入試課	欠席		
4	企画・広報課	本日もそれぞれの事例をもって、前回やったことの再認識ができたので分かりやすかつたです。また、グループワークを通して様々な意見があつて面白いと感じました。悩みなどを聞く際に、その方の話、気持ちを十分に聞くことが非常に重要なだと理解できました。平日頃の自分の対応の仕方、話し方などを今一度思い出し、これからは活かしていきたいらと思ひます。「傾聴の姿勢」大事ですね。	「自己決定」をして、本人が納得できるように話を聞いて導いていく。今回色々勉強させて頂き、さらに常に常に意識していきなかつたと思ひます。	また、今後もこうした研修（キャリアコンサルティング）を定期的に受けられたいなと思ひました。また、自分でもそうした機会があれば積極的に学んでいきなかつたいと思ひます。
5	企画・広報課	学生対応の事例ケースのディスカッションで行われた内容は、現場ですぐに役立ちそうな事ばかりで大変勉強になりました。	自分の将来についてはつきりしたプランがないことを認識しました。そろそろ意識的に考えていく必要があると痛感しました。	学生のためというより自分のために必要な研修でした。今後もこのような機会があれば積極的に参加したいと思ひます。
6	企画・広報課	言葉しりの問題。話させる、言わせる等、無意識にそういう姿勢で聞いている事があるかもしれない。	特になし。	グループディスカッションは有意義だと思ひますが、年配の方がどうしてのリードしたがるのかな、と思つた。話が脱線すると、上下関係があるので戻していく。学生に対して、というより全ての人と接する時に必要とされる姿勢を学べました。ありがとうございます。
7	図書館	・就職課、学生課など現場の方の意見を聞く機会を頂けたのは大きかつたと思ひます。 ・研修を2回に分けて頂けたことで、1回目にあればご感想を受けたことも気をつけなければ忘れてしまいがちであることを実感しました。	普段離れたセクションで、ともすれば作業に追われがちで日常なので、学生支援の意識の薄さを痛感しました。そんな自分が現場の方の発言を集約して発表するのは難しかつたです。	ともすれば別の方面に向きがちで意識を、本来大学職員として不可欠な学生支援という立場に向けさせて頂いた貴重な機会でした。今後は是非活かさせて頂きたいです。ありがとうございます。

8	図書館	私は図書館に勤務しており、学生との接触が少ないので、余り学生相談に乗ることがありません。今回参加して、学生相談に乗ることが分かった。非常に「難しい」ということが中心となり、成り立たない。現在、大学の係長職の者が中心となり、継続不良者に対して面談を行っており、面談を行う上で非常に参考になった。	なし	なし	出来れば勤務時間中に研修が行われたら良かったな～と思います。
9	学事課	皆が話し合い、聴くことの大切さが確認できました。2回の研修を趣向し、いい研修内容であり、自分自身の人間形成にもつながるものと考え、繰り返し実行していきたいとは思いません。	なし	なし	2回とも受講して良かったと本当に感じています。機会があればぜひもう少し時間をかけて、この研修を受講できれば、と思います。幼稚園ではどのような研修内容となるのでしょうか。ありがとうございます。
10	学事課	学生対応時の聴き方・話し方・考え方が分かり、今後活かしていきたいと思えます。	前回と同じことを書いたと思いますが、聴く難しさ、聴き出す難しさ(方法)	なし	なし
11	学事課	ケース2の解説時、「学生の答えを自分が思う方向へ、言わせるようにしていないか」との話にはドキッとしました。大学を退学してほしくないというのはいけません。そして、残る大学が大商大であれば一番嬉しいと思ったのですが、ケース2のような相談があった時、それを前面に出している以上、私も大商大に勤めている職員として以上、また大商大に勤めている以上、そう思うのは当然ではないでしょうか。→でもそれが相談する場合だめなのではないでしょうか。	なし	なし	満足感があります。
12	学生課	今までも学生の相談を受けていたが、他課やグループでの話し合いは行っていた事がなく、今日グループの中で、こんな聞き方もあるのかと分かった。特に自分がこうなら良いだろうと考えているのが知らぬうちに、言葉のしじらに出ていることを気づかされた。	なし	なし	グループで、また他課と一緒に研修は良い事である。
13	学生課	グループワークの時に他課(特に就職課)の人のカウセンシング(?)のやり方について聞いたが、一人一人やり方が違うのだという事を知り、また、その内容を聞く事ができたので良かった。	なし	なし	私自身は保健室の勤務なので、異動はできないが職員はやはり数年(3~5年)程度の単位で職場異動し、他課の仕事内容や学生との関わり等を知りたいと思う。私自身は現在も時々行っているが、他課に行き、色々と質問をするなどして情報を得て仕事に活かすという事もっと行っていきいたいと思う。

14	学生課	前回と同じように講師の先生の説明が分かりやすくなり非常に勉強になりました。今後の学生指導に役に立たせたいと再度勉強させていただきます。ありがとうございます。	別になし	少し時間が少なかつたように思います。もう少し時間をかけてやって頂ければもっと勉強になったと思います。
15	学生課	相談者の話を「聴く」って事が大事だと感じました。	人によって考え方が色々あり、話を「聴く」って事は簡単なようでとても難しいと思った。	私はすぐに自分の体験談を言う「くせ」があるのですが、今日は「すぐに体験談を言わない」と指摘されたので、なぜ言っていないのか？と思う事が分りました。これからは付けている事に言わないよう努力します。
16	学生課	前回学ばせてもらった内容をケースに基づいて考えることで一層理解が深まったように感じます。何かあった時は今回・前回の資料に目を通して活用するようになりたいと思います。また、ライブラランについても自分自身の現状と理想を確認するのに役に立ったように思いました。	なし	2回の研修で色々勉強させて頂きましてありがとうございます。学んだ内容を実際の業務に活用できるようにしたいと思います。日常では気づかない点を今回学習出来て良かったです。本当にありがとうございます。
17	エクステンションセンター	欠席		
18	エクステンションセンター	欠席		
19	就職課	・就職課、学生課など現場の方の意見を聞く機会を頂けたのは大きかったと思います。 ・自分がある程度客観的に見れたこと。 ・リレーション→問題の把握→目標設定→目標達成の手順が分かったこと。 ・言葉の表現方法で伝わり方が違うという事。	・傾聴が難しい。どのようなタイミングでオウム返しをし、どの時点でまとめ、広い質問をいっやるのかが難しいと思った。	・テクニク的な部分も知りたい。例えば相談者がリラックスできる服装・色。相談者の心理状態が見分けられる手つき、言葉遣い、ジェスチャーなど。
20	就職課	・各課混合でのグループ構成による話し合いを実施した点は良かったものの、就職課での実態を求められるままに説明してしまっただ事は反省点。 ・自分自身で今後注意する必要があると反省させられた点は相手を自分の考えに持っていくこととしていたケースがある事で、今後意識して改善したい。	なし	なし
21	就職課	学生の立場に立って物事を考え、アドバイスをすることの面白さという事が認識できました。話し合うという事の重要性が分かりました。	一人でアドバイスをすることの難しさを痛感させられた。(教人で話し合うことの重要性が分かった。)	是非このような講座をこの後も開催して頂きたいです。(学内・学外問わず)本日はどうもありがとうございます。

22 就職課	無意識のうちに尋問のようにしていることがあ ることを気づかされ、ハッとしました。	今日のグループワークは難しかったです！学生 相談の際にどうしても答えを導き出すようにして しまいがちで、かなりの時間をかける必要がある ことを痛感しました。しかし、現状を考えなが ら、我々は日常の業務を抱えており、なかなか 時間の確保が困難で・・・と、つい思っ てしまいます。	2回にわたって非常に良い経験をさせて頂き ました。
23 就職課	実際の相談業務において、いつもは何気なく対 話しているものが本日の研修で、今後意識的に 話の展開をしていく事になるのでは・・・より 学生の思いを有効的に引き出していければいい と思います。	本日の「相手の口から言わせる」「引き出す」 ということは無意識的（自然）に出来るように することは難しいですが、意識を改めて、実行 していきたいものです。	グループでの話し合いは色々な事が実相談にお いての参考に来ると感じました。大勢の意見 が聞けた事は有意義でした。
24 就職課	先生方のお話から、話をさせるのではなくて、 話をしてもらう、思いを吐き出してもらうこと が大切だということの再認識ができた。また、 自己決定が何よりのキーワードであることも改 めて理解した。	しかし、自己決定に導くための傾聴のコツ、や 開かれた質問とは一体どういう事を聞けばいい のか？（どう？）がオーブンの質問内容のキーにな ると分かっていても、その応用、それ以外のバ ラエティが分からない）グループワークで も、その発表でも見出すことが出来なかつた。	自分を見つめる良い機会であり、またその楽し さも感じとれた。人に話をしてもらう、ぶちま けてもらおうことの難しさが良く分かった。

アンケート回答（24名中22名提出）

整理番号	所属	学生のキャリア支援とは具体的にどのような事だと考えるか	学生のキャリア支援を行う時の自分の持ち味・強み	学生のキャリア形成支援者として一番大切と思われる事はどんな事か	自身のキャリアプランについて
1	教務・入試課	学生との対話の中で、学生自身の目標で学ぶことの意義及び将来の目標を見出せるよう導き出すこと。	大学のカリキュラムの狙いについて、就職後にどのような役に立つかという点と照らし合わせて説明できること。	学生の通常の会話の中において、学生の考え方や要望を聞きだすこと。	明確に決まっている（3年後ぐらい）
2	教務・入試課	学生の性格・興味・希望を考慮し、就職して仕事をすることで、自己実現が果たせるよう、就職について、サポートすること。	自分自身が社会人であり、母親でもあるため、様々な角度から考えることができていること。	学生の興味が持てることを見つけて出し、個性を尊重すること。	ほぼ決まっている（20年後くらいまで）
3	教務・入試課	未提出			
4	企画・広報課	学生が日々生活し、学び、社会へ出て行くにあたって、自分自身の生活の中で様々な場面で支援していくこと。（学生の意見、相談に耳を傾け、また学生自身が考える場を提供）	自分のキャリアプランが明確になく、人生経験も豊かでないで、ロールモデルとなることは、まだまだ無理だと思っています。ただ、学生がキャリア形成していく上で生じる、様々な考え・悩みなどを、広くやわらかく受け止め、姿勢、聴く姿勢はあると思います。	自分のキャリアプランをしっかりと持っていること ・学生の気持ち・意見を大きな心で聴く姿勢 ・学生の悩みに答えられる知識を持つこと	自分のこれからの生き方がどのようなものであればいいのか、どうなるのかと漠然と考えたことはありましたが、それをキャリアプランと認識していませんでした。なので、計画的に考えたことはありません。
5	企画・広報課	学生の置かれている状況を把握し、的確な助言を行い、それぞれの進路選択の手助けをすること。	直接そのようなことをしなかったが、なので、良く分らないが、学生の気持ちや理解するように努力することができると思っています。	学生と同じ目線で考えられる、自分の意見を押し付けけない	全然決まっていない
6	企画・広報課	学生の希望がはつきりしている場合には、その実現をサポートする。希望がはつきりしていない場合には、ボンヤリしたものの中から学生の「やりたい事」「なりたいたい自分」を浮き上がらせ、そこへ向かうサポートをする。就職に関する事のみではなく、長い人生というものをキャリアとして考える。	一般企業への就職希望であれば、実体験をもとに企業での実務・求められる人材などが得意。自分もキャリア形成で悩んだ事があり、どれだけの重要な事をか身をを持って理解している。	しっかりと夢を持っている学生ばかりではないと思うので、学生の中にはある“何となくこんな感じ”というものをきちんと感じとり、それを具体化していく作業が大切だと思う。1にも書いたが人生を創るという視点は絶対に必要である。	明確に決まっている（5年後まで） ほぼ決まっている（5年後～10年後まで）
7	図書館	学生個人の適性を的確に判断し、できるだけ多くの適切な選択肢が提供できる、本人が納得できる選択肢ができることと、本人がサポートを行う努力をすることです。	図書館という大きな強みを持つ職場で、レファレンスを担当させて頂きたい、多くのツールを活用できることです。	学生の立場をわが事のように思うことと、客観的な判断を行うことのバランス、常に多くの情報を用意できるように努力を怠らないことです。	ほぼ決まっている（異動にならない限り）

8	図書館	これから実社会に巣立っていく学生が、仕事のことで、又はこれからの人生で、困らないように助言・指導を行っていくこと。	学生に比べ人生経験が豊富である。	適切なアドバイスができること。	全然決まっていない
9	学事課	まず学生との信頼関係を形成すること。そして学生の思い、考えが十分話せるような対応をしていく、そして目標設定、目標達成に通じるようにしていくこと。	自分の学生生活でいろいろな経験・体験をできたと思っているので、その実体験を踏まえ支援することと考えます。	まず基本となるリレーション作りが一番重要で、それから始まるのはいかかと考えます。	無回答
10	学事課	学生の考えを尊重して聴いていく。	気楽な感じで話ができる環境作りができる気がする。自分では自然に話ができているつもりです。	聴く、聞き出す。話をさせる、というお互いの信頼関係を作ること。	全然決まっていない
11	学事課	できる限りいろいろな選択肢を与え、それを考え、決定できる支援。	特にキャリア形成というものを学んできた訳でもないのだ、ただ、今までの狭い人生経験の中で、自分が失敗したことや、後悔したことなどをアドバイス、及びその学生の立場に出来るだけ立つ気持持ちを持つこと。でも、2日目の研修で、経験談は控えます。	その学生がいろいろな事を考え選択できる事をアドバイスしてあげることに。	日々考えている状態です。
12	学生課	自分を振り返り、自己を理解・再発見させ自発的に物事に取り組みよう導くこと。情報の提供。	年の功かな？（経験） 現在までの仕事から得たノウハウ。	学生の価値観を理解、認め（本人を尊重する）、自分の考えを押し付けることなく、自身で決定させること。	ほぼ決まっている（3～4年先まで）
13	学生課	保健室に勤務する立場上、カウンセラーと協力し合い、セラピイ的な役割として接しているが、教務・就職等、他部門との協力を得ながら、学生をサポートしていく必要がある。	今まで数ヶ所の企業での勤務経験があり、またカウンセリングについて学んできたので、体験談を交えながら、学生の話をも十分に聞いてあげられる。	育成（FC）としての支援は他部門の専門担当者任せだが、最近本学でも増えつつある、精神的に治療（TC）を必要とする学生に対する支援に力を入れていかなければ、現在多発している社会的にも問題となるような事件がさらに増えると思う。また発達生涯支援法案も成立したばかりだが、法にのっとりた支援を大学でも充実させたいかなければならない。	ほぼ決まっている（4～5年後ぐらいまで）

14	学生課	学生の思い・考えを伸ばしてあげると。まず話を聞いてあげること。	学生指導していく中で、学生の意見を根気強く聞いてあげること。	学生指導していく中で、学生の見・思いを少しでも取り入れてやること。	考えたこともなかったが、今後考えなければいけない。
15	学生課	学生にとって「損・得」関係なく、適切な指導(アドバイス)するところが支援だと思ってる。例えば学生がカウンセラーに来た際、何も言わずに立っている学生がいるが、こちらから声を掛け、対応した後に、今度は自分から声を掛けてくださるとアドバイスすることだと考える。	経験は豊富ではないが、自分の経験談を話し、アドバイスすることが強みだと思ってる。	適切にアドバイスができるよう、豊富な経験が必要だと思ってる。	考えたこともない
16	学生課	学内のルールや決まり事について自分の主観・思い込みにとらわれることなく、全ての学生に公平に接していき、学生にルール厳守を基本とした考え方を指導していくことだと思ってる。	自分の持ち味・強みは分かりませんが、経験がいくらかある分、持ち味になっていくように感じます。	全ての学生に公平に接して客観的なアドバイスが出来ることが大切だと考えています。	全然決まっていない
17	エクステンションセンター	未提出			
18	エクステンションセンター	学生自身が考え、思い、行動できる環境を整備すること。	強み：学生の話に耳を傾けられる(自分に余裕がある時のみです)が・・・弱み：学生へのアドバイスや支援ができるような経験や知識が乏しい	第一に学生の目線を大切にするのと、それに学生が好きなこと。人間が好きで好きなこと。自分が好きなこと。	まだ迷っている(自分がどんな人生を送りたいか。仕事とプライベートをどうとらえるか)
19	就職課	学生自ら生きる力を持つ支援を行う。「自分が何をしたいのか」「自分は何のような人間であるのか」など自己理解を一緒に深い、職業生活設計のためのステップを一緒にたどること。	私自身が父親であること。自らが転職の経験があること。採用担当者の眼で考え方や採用動向のアドバイスが出来る事。	・学生自身が自らを理解するための傾聴。そしてそれに至るための深い信頼関係を築くこと。支援をしていける自分を客観的に見る事ができる自分。	ほぼ決まっている(15年後ぐらいまで)
20	就職課	学生自身の人生において最も重要な事柄の選択肢でありながら、真剣に考え、取り組んでいない者が多い。従って今後の自分自身についてを自ら考え、判断する行動のきっかけ作りを手助けする事。	一般企業で経験してきた部下指導及び新入社員教育の知識を活かして学生の相談や指導を実施できる。	自分自身の考えや体験を学生に押し付けられないようにする事。人それぞれの考え方や価値基準があるため、学生本人の考え方を十分に引き出し、理解した上で相談、アドバイスを行うことが不可欠。	まだ迷っている(2年後に定年を迎えるがその後のいかにすべきか)

大学担当者側からの意見

1) 外部キャリア・コンサルタントに依頼して良かった点

本学の職員組織には、専門のキャリア・コンサルタントがおらず、専門的知識に乏しい状況であったが、学内でもカウンセリングの重要性が問われている時期であったこともあり、今回の講師派遣は絶好の機会であった。

また、就職課以外の職員にも機会を与えてもらったことも、カウンセリングに関しての学内的な啓蒙にもつながり、大学としては非常に有意義であったように思う。

2) 今後外部キャリア・コンサルタントに要望したい点

感想でも述べているが、今回の導入事例は基本的な導入部分であり、時間的に不十分であると感じるので、今回のような事業を今後も継続していただき、本学を事例校として指定していただければと思う。

3) その他自由感想

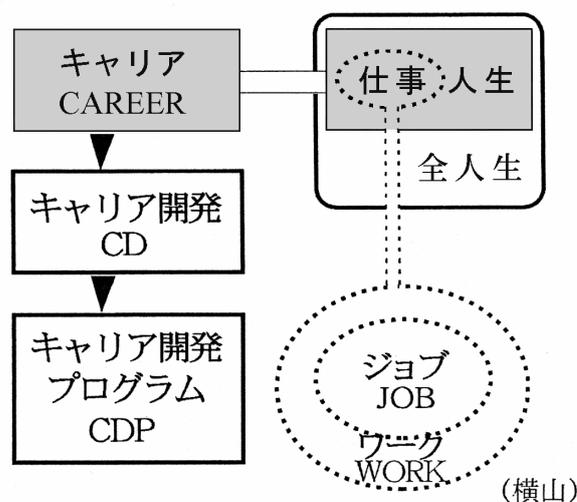
- ・ エゴグラム受検やアサーションのロールプレイは、自身のコミュニケーションパターンを知るきっかけとなるもので、職場での円滑なコミュニケーションにもつながるものであると感じた。
- ・ 学生相談において重要なことは第一に「リレーション作り」であること。このことは、悩みを抱えている学生だけでなく、単なる窓口対応や学生指導においても重要であるということを感じた。
いずれの対応でも、学生と良好な関係（リレーション）を築くことが大切であり、高圧的な指導では次に来る機会を掴み取ってしまうことにつながるということを念頭において窓口対応にあたるべきであることを再確認できた。
- ・ 最終的な決定は学生本人に任せるという大原則を学んだ。講師から「無意識のうちに我々の都合や希望が作用して、答えを導くことをしていないか？」と問いかけられて気づいたが、今までの学生対応の場面を振りかえてみると、実際に我々が誘導してしまっているケースがあるように思う。時間をかけて自己決定させることの重要性を認識した。
- ・ 非常に有意義な研修であったと思う。基礎的な部分ではあったが、「アサーション」や「リレーション作り」の重要性、「傾聴の基本的姿勢」を学んだことは、今後の業務に活かすことができるし、就職課員以外の受講者もそのことは感じてもらったように思う。
しかし、本格的にカウンセリング能力の向上を図るためには、今回の研修だけで十分であるとは言えず、かなりの時間を要すると感じた。

大阪商業大学
「学生のキャリア形成支援者」としての基礎体験講座 I

1) 「支援する」前に「自分のキャリアを考えよう」

キャリアとは・・・「仕事人生」

[10] キャリアとは仕事人生



(図表：「キャリア開発/キャリアカウンセリング」生産性出版 <参考図>組織と仕事と人と心と～日本のキャリア開発のために～ 横山哲夫著 357頁引用)

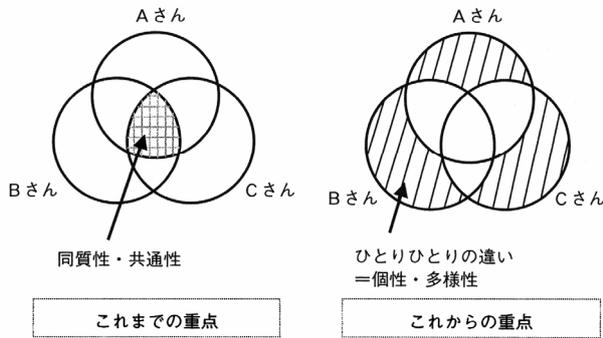
キャリア開発とは・・・「仕事を通じての自己実現をめざしていくこと」

「自分のキャリアを考えることのできる人が 他者のキャリアを共に考えることができる」

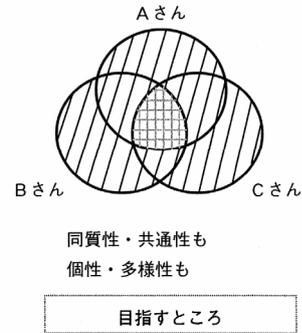
2) 「支援者」＝生き方・働き方のロールモデル

3) 「自己責任のもとに自己の能力を発揮できるキャリアの選択ができる」学生

図表 4-10 人事管理/人材開発の重点——これまでとこれから



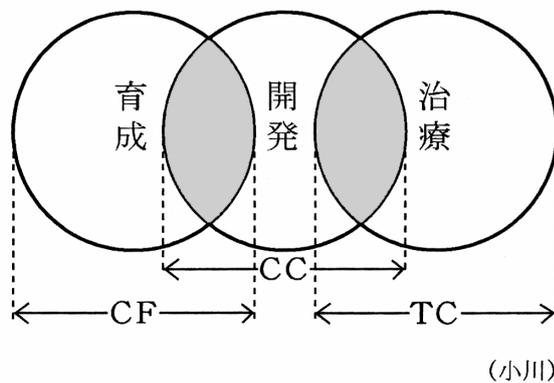
図表 4-11 人事管理/人材開発の重点——目指すところ



(図表: 「キャリア開発/キャリアカウンセリング」生産性出版
第4章 組織内でのキャリア開発支援 上田 敬著 248-249頁引用)

4) 「支援者」としての立ち位置

[19] 面接の3態様



(図表: 「キャリア開発/キャリアカウンセリング」生産性出版 <参考図> 組織と仕事
と人と心と～日本のキャリア開発のために～ 横山哲夫著 366頁引用)

★参考文献: 「キャリア開発/キャリアカウンセリング」生産性出版 横山哲夫他編著
ISBN-4-8201-1801-3

追手門学院大学

1. 学校の概要

学 校 名	学校法人 追手門学院大学
区 分	4年制大学
所 在 地	大阪府茨木市西安威2-1-15
設 立 年	1966年（追手門学院 創設 1888年）
設置学部	大学院：経済学研究科経済学専攻・経営学専攻（博士課程前期・後期） 文学研究科心理学専攻・社会学専攻・中国文化専攻・英文学専攻 （修士課程） 大 学：経済学部、文学部、経営学部、人間学部
学 生 数	大学院：94名、大学：6,036名（平成16年5月1日現在）

2. 学校の特徴

追手門学院大学は幼稚園から大学・大学院までの総合学園高等教育機関として、以下にあげる人物の養成を目標として、地域社会・国家・国際社会において指導的役割を果たしうる人物の創造を教育理念・方針としている。

＜養成すべき人物像＞

1. 確固たる個性を持ち、自他の人格を尊重し、節度をわきまえ、社会の秩序と平安を乱す有形無形の暴力を排除しうる、勇気ある民主的人物。
2. 美的・倫理的価値に対し、鋭敏で健康な感受性をもち、真に自由な精神と強い意志を持った責任感のある人物。
3. 豊かな一般教養を身につけ、深く高い知識と思考力を持って人文、社会ならびに自然の諸科学の正しい発展に寄与できる人物。
4. 日本の歴史、文化および芸術に対する深い造詣と、母国語に見識をもつ豊かな表現力のある人物。
5. 国際的視野と国際的社会性、および地球的観点を持ち、人類の繁栄に寄与し、社会に貢献することのできる人物。

3. 学生に対するキャリア形成支援の考え方

2003年4月に就職部を改編してキャリア開発部としてスタートした。従来型の3・4年生を中心とした就職指導のしくみから学生が4年間を通して、計画的かつ体系的なキャリア形成できるよう、年次ごとの習得目標を設定して、これに対応した進路・就職支援行事や資格講座を配当した。また、教員と職員スタッフとがより連携を強め、就職意識形成に関わる職業講座などを系統的に配当して、総合的包括的なキャリア形成支援を構築した。

4. 学生に対するキャリア形成支援のこれまでの取組概要

<キャリア形成支援プログラム概要>

年次	習得目標	就職支援行事	教学との連携	資格取得・各種講座	その他の支援行事
1年生	有意義な学生生活を送るための動機付け	・新入生オリエンテーション ・1年生キャリアスタート		・社会人として必要な基礎能力養成 ・公務員等早期対策が必要な勉強への取組	業界研究懇談会（全学年対象）
2年生	自己理解と職業理解	・2年生進路ガイダンス	キャリア形成論	・早期対策が必要な勉強への取組 ・目指す職業への必要スキル取得	プレインターンシップ
3年生	就職活動のスキル習得	・就職ガイダンス	インターンシップ	・就職試験対策講座	
4年生	進路決定と内定後フォロー	・学内企業セミナー ・就職個人相談 ・未内定者相談会 ・内定取得後フォロー		・ビジネスにおける専門知識	

学生の進路・就職相談には、専門相談員を始め、豊富な経験を持った職員が対応。「学生と共に考える」サポートを実施。4年間の体系的なキャリア形成支援プログラムとして「追大キャリア形成支援プログラム」を用意。教学部門と連携しながら、体系的にキャリア形成を支援。有意義な大学生活を送ることの重要性を認識させることから始まり、自己理解と職業理解に基づく職業観の醸成までを行う。今後は教学との連携を一層推進し、早期からの「目的意識」の喚起を促し、きめ細やかな支援体制で、学生個人個人が、満足した進路選択・決定ができるよう、「自己理解」に重点を置いたカリキュラムも取り入れていく方針である。

5. キャリア・コンサルタントを活用したキャリア形成支援の試行実施の内容

(1) 試行実施の概要

グループワーク：「働くということについて」

<対象>

3年次生の希望者（学内就職試験対策講座受講生を中心に募集） 約40名

<目的>

★ 「就職試験対策講座」受講により、基礎学力・一般常識・履歴書・コミュニケーション・ビジネスマナー等の「スキル」を習得した学生に対して、もう一度「自

分にとって働くことはどういう意味を持つのか」「自分は将来についてどのように考えているのか」等について、「自分の言葉で語り合う」体験機会を提供することで、自己理解・社会人への準備度・職業人意識等を学生自身が確認できるようにする。(確認したことを「自分の言葉で話せる」ようにすることは、相手に「自分をわかってもらう」ためにはとても大切な要素であることも実体験できる。)

- ★ ファシリテーターを務めるキャリア・コンサルタント、学生同士の「やりとり」を通じて、コミュニケーションスキルの本来の意味を理解できるようにする。(本来の意味とは、きちんと相手の話を受け止め、きちんと自分の言いたいことを伝えることができる、ということである。就職活動中の学生の場合、「上手に話せたか」という点に関心が向けられがちであるが、話す・聴くの両方ができて初めてちゃんとしたコミュニケーションが成立する。)
- 学生同士の会話だけでなく、「聴くこと・話すこと」の重要性を認識しているファシリテーター(キャリア・コンサルタント)と話してみることで、今後のトレーニングの重要性に気づくことができる。

<キャリア・コンサルタントの役割>

- ◎ 担当キャリア・コンサルタント 11名
- ・全体ファシリテーター役 1名
 - ・第1部「学園祭役割ゲーム」(志望役割ごとの任意グループで6グループ編成)
1グループにつきキャリア・コンサルタント1～2名(グループの人数による)
 - ・第2部「働くことについての話し合い」(1グループ6～7名で4グループ編成)
1グループにつきキャリア・コンサルタント2名
全体ファシリテーターのコ・ファシリテーター 2名

このワークショップは「自分が話すこと」＝「自己理解に基づく自己開示・自己表現」、「他の人の話を聴くこと」＝「他者理解の促進、他者からのフィードバックによる自己理解の促進」を目的としたものである。先述したように、本来のコミュニケーションとはどういうものを理解しているキャリア・コンサルタントがファシリテーターを務めることで、単なる情報交換にとどまらない、より深い「話し合い・聴き合い」が可能となる。

特に「働くということ」をテーマとした自由な話し合いの時間である第2部においては、時として参加者の深い内省・自己開示が行われる時があり、そのような場合、心理面での支援の重要性・難しさを認識しているキャリア・コンサルタントがファシリテーターを務めることが、参加者を守り、成長の機会を確保するために、不可欠な要素である。

<カリキュラム内容>

日 程	テーマ&内容
12月22日(水) 13:00～17:00	<p>コミュニケーションスキルトレーニング ～「働く」と言うことについて話してみよう～</p> <p>1部：自己理解のためのワーク：「職業興味探索ゲーム」（グループワーク）（1時間30分）</p> <p>今回のワークショップについて簡単なガイダンスの後、ホランドの「職業興味領域尺度」を取り入れた「学園祭役割ゲーム」を実施。各自第1希望～第3希望まで、自分がやりたい役割を選択。選択した役割ごとにグループを作り、キャリア・コンサルタントがファシリテーションして、各グループで話し合い。（その役割を選択した理由、選択理由に関連した自分の体験等について、参加者が一般論ではなく、自分の意見・体験を発言できるよう、また参加者の自由な発言が促進されるよう、キャリア・コンサルタントは、適宜 open question を投げかける等、環境設定に配慮。）。第3希望まで話し合ったところで、「パーソナリティタイプと職業環境」について、全体ファシリテーター役のキャリア・コンサルタントから解説を行う。その後、その解説シートも参考にしながら、第3希望のグループで、自分の第1希望～第3希望を振り返った感想を話し合う。キャリア・コンサルタントは、参加者からの疑問（例：役割ゲームで選択した役割と自分が実際に志望している職業との差異、自分と他の参加者との共通点・相違点をどう捉えればいいのか）に、適切に対応することで、参加者自身が、職業に関する自分のキーワード、価値観等を発見していくプロセスを支援していく。（あくまで、参加者が考える・気づくプロセスを支援するものであり、キャリア・コンサルタントが「解」を与えるのではないことに注意。）</p> <p>2部：「働くことについて」（グループでの語り合い・聴き合い） （2時間）～「自分のことばで話せる」「人の話を聞ける」ようになろう～</p> <p>2部は任意の4グループに分かれ、各グループで「働くことについて」をテーマとした自由な話し合いを行う。キャリア・コンサルタントはファシリテーターとして、単なる就職情報交換の場にならないよう、配慮しながら話し合いが円滑に進展するよう努める。</p> <p>話し合い終了後、「コミュニケーション・スキル」・「ジョハリの窓」についての解説講義を全体ファシリテーター役のキャリア・コンサルタントから行い、理論背景についての知識・理解ができるようにする。</p> <p>その後、学生からの質問等に回答。</p>

(2) 実施結果

ア. 参加状況

申込

学部	学科	男子	女子	計
経済学部	経済学科	14	1	15
経済学部	国際経済学科	8	0	8
人間学部	心理学科	0	1	1
人間学部	社会学科	1	8	9
文学部	英語文化学科	2	4	6
文学部	アジア文化学科	1	3	4
経営学部	国際経済学科	1	1	2
経営学部	経営学科	3	7	10
計		30	25	55

参加

学部	学科	男子	女子	計
経済学部	経済学科	7	0	7
経済学部	国際経済学科	4	0	4
人間学部	心理学科	0	1	1
人間学部	社会学科	0	2	2
文学部	英語文化学科	2	1	3
文学部	アジア文化学科	0	2	2
経営学部	国際経済学科	0	0	0
経営学部	経営学科	3	3	6
計		16	9	25

イ. 参加の感想（別表参照、24名提出）

就職活動を控えた3年生を対象としたセミナーであり、学生の認知・関心を高めるために「コミュニケーション・スキルトレーニング」という表現を用いたため、「グループ・ディスカッション」を想定して参加した学生もかなりいたようで「想像していた内容と違った」という感想もあるが、結果として「役に立った。面白かった。みんなの意見が聞けて参考になったし、自分の意見も言えた。また機会があれば参加したい。」という感想に集約される。むしろ、ディスカッションやディベートでは「人の考えを途中で止めずに最後まで聞ける場」がないため、他の人の意見を最後まできちんと聞き、また自分の意見も最後まできちんと聞いてもらうという体験をしたことで、仲間や自分について「新しい発見」があり、満足感・連帯感・感動を覚えた学生が多い。関西外国語大学の事例でも同様の感想があったが、普段話すことのない関係で、真剣に話し合う時間を持つことが、現代の学生にとっていかに重

要かが伺われる。同学年・同学部・同性といった、ごく小さな狭い世界の中でしかコミュニケーションをとろうとしていない学生にとっては、このような機会を設定することが、非常に効果的である。

ウ. 意識調査：受講アンケート（25名提出）

設問1 今まで（ワークショップ以前）に「キャリア」という言葉を聞いたことがあるか

- ・ ある 23名
 - ・ ない 1名
 - ・ 無回答 1名
- *同大学の就職担当部署名称が「キャリア開発課」

参加者の92%にあたる23名が「ある」と回答したが、意味する内容については「仕事ができる人・エリート・高級官僚」が12名で一番多く、次いで「経験・今までの過程」が6名。他には「人生」「その人の持つ技能・可能性」「出世するのに必要な資格・経験」「働くこと」「就職の窓口」が各1名で、全体的に限定された「外的キャリア」と理解している学生が多い。「キャリア」の意味するところをこのようにとらえてしまうと、必然的に「自分たちには余り関係のない言葉」と思ってしまうのは当然と思われる。

設問2 今回の講座に参加した理由（複数回答可、25=100%）

- 1) 今後役に立ちそうだったから 88.0%
- 2) 内容が面白そうだったから 24.0%
- 3) いろいろな人の意見を聞きたかったから 24.0%
- 4) その他 4.0%

「その他回答」内訳：何をしたらいいか分からないので参考になると思っ
て 1名

関西外国語大学同様、講座内容は違っても「役に立ちそう」という実利志向が圧倒的に多い。「いろいろな人の意見を聞きたかった」「参考になると思っ
て」という回答も、他人からの「情報収集が役に立つ」という観点からすれば、実利を満足させるものだと考えられる。

設問3 大学卒業後の進路（就職・自営・家業手伝い・進学など）は決まっているか

- ・ 明確に決まっている 12名
- ・ ほぼ決まっている 4名
- ・ まだ迷っている 5名
- ・ 全然決まっていない 3名
- ・ 無回答 1名

卒業後の進路について「明確に決まっている」「ほぼ決まっている」16名は「就職」（職種未定の場合も含めて）という決定をしていた。「まだ迷っている」5名は、「留学か就職か」で迷っている1名を除いて、就職という進路決定はしているが、「何をしたらいいのか、自分に本当に合った仕事は何か、本当にその志望会社でやっていけるのか」という迷いを表明している者である。「全然決まっていない」3名はもちろんのこと、志望職種まで決定している学生にも、本当の満足度を確認する上で、個別対応が重要である。

6. 事例担当者の意見

本事例の実施にあたっては、当初想定していた参加人数の確保が困難であったが、学生への告知・募集・当日の運営等、大学ご担当者の多大なご協力・ご支援を頂き、本来の実施目的を果たせるワークショップ実施が可能となったことに、まず深謝申し上げます。

冬休み前の最終講義日という日程設定で、55名申込みで参加者25名（出席率45.5%）という歩留まりについては、通常の就職関連行事とほぼ同程度とはいえ、ワークショップ内容の告知方法、日程設定について、熟考を要するところである。

実施にあたり、今後の課題と考えられる点を以下に述べる。

1) グループ・ワーク活用効力の周知

学生を含めた若年者のキャリア形成支援におけるグループ・ワークの有効性については、本事例カリキュラム提供者であり、全体ファシリテーターを務められた小野田博之氏（特定非営利活動法人 日本キャリア・カウンセリング研究会理事・事務局長）のレポートを引用紹介させて頂く。

「まず、グループ・ワークを用いることは、学生のキャリア発達のレベルがまちまちであることを考慮すると、今後ますますその必要性が高まることを指摘しておきたい。なぜならすでに多くの大学で、多数の学生を対象にしたガイダンスや教育が、学生の理解度の格差が広がりすぎて成立しづらくなっている一方で、個別の対応をしようにも職員の絶対数が不足してままならない状況になっているからである。20人から30人程度で実施できるグループ・ワークは、効率という面で大きなメリットを持つ。

単に人的な生産性にとどまらない。グループ・ワークはファシリテーター（あるいはグループ・ワーカー）だけではなく、学生同士が互いの支援者、援助者、促進者となりながら、またその立場を随時交替しながら進んでいく。このプロセスの中で、学生自身の自己理解が急速に深まると同時に、きちんと発信をしてきちんと受信するというコミュニケーションの大切さを体験学習的に理解できるという質的な効果も大きい。」（小野田博之）

以上の通り、グループ・ワークの有効性は、実際にグループワークを体験した者にとっては「自明の理」であるが、未体験者にとっては、その内容も含めて、具体的なイメージを持つことは、なかなか難しい。学生のグループ・ワークを見学した教職

員の方々から「学生がこんなに真剣に話せるとは意外」「結構ちゃんと話せるものですね」という感想を聞くことが多いが、基本的に学生は「話せる」能力を持っている。今回の参加感想にあったように、「最後まできちんと話させてもらう」機会に恵まれなかったため、「途中経過」で終了してしまうことが習慣化してしまい、きちんと話そうという意欲をそがれてしまっただけに過ぎないケースが往々にしてある。

今回のワークショップでは、コミュニケーションは「傾聴」・「自己理解・自己開示」・「他者受容・理解」から始まるということを理解しており、併せて学生自身が本来持っている「能力」を信じて待つことのできるキャリア・コンサルタントがファシリテーションを行ったことで、学生が「聞かされた」・「言わされた」という受動的な感想ではなく、「聞いた」・「言えた」という自分自身の「成果」として表現をしていることが特徴的である。

「聞けなかった」・「言えなかった」場合も、自分自身の課題という捉え方ができているので、今後自分の努力で克服しようという、自発的意欲に結びつくのである。

キャリア・コンサルタントには、学校関係者に対してこのような現状認識の推進を図り、グループ・ワークの有効活用の機会を積極的にPRしていくことが期待される。

2) 継続開催とキャリア・コンサルタントの資質向上の必要性

参加者の大半が「また参加したい」「何回か繰り返したい」と述べているように、本ワークショップは一度体験すればそれで終わり、というものではない。今回は同一大学・同一学年での実施であったが、今後は複数大学での合同開催に若年社会人を含めて、「学生と社会人が対等に真剣に話せる機会」として継続開催し、「キャリア形成支援の専門家」であるキャリア・コンサルタントがファシリテートすることで、学生↔社会人の交流が活性化され、実益性を高めていくことが期待できる。

各大学においては、社会人を招いての業界セミナー、職業人講話等のセミナー・勉強会を実施しているが、社会人からの一方通行の発信に終わることも多い。1対多人数形式では、どうしても学生からの自由な発信・相互交流は難しい。「企業説明会等では、対等でないので自由な発言ができない」という学生のためにも、利害関係がなく、加えてコミュニケーション・スキルを備えたキャリア・コンサルタントが、このようなワークショップを実施、グループ・ダイナミクスを十分に活用することで、限られた情報・イメージだけで職業選択を行いがちな学生に、自分の内的キャリアについて考えるきっかけを与えることができる。実際、このワークショップで職業選択における自分の価値観に気づき、そこを手がかりに実際の志望職種を検討し直す学生も毎回必ず出てくる。

「個人のキャリア開発は仕事を通じてその人らしく成長していくこと」（上田敬）であるから、「働くことについて自分の考えを話し、人の考えを聞く」ことは、「長い仕事人生において、自分はどのように成長していきたいと思っているのか、他の人はどうか」を確認し合うことに他ならない。この点においても、学生・社会人を問わず、自分にとっての「定点観測」として、このようなワークショップを体験することは、自己の成長促進・確認のために、非常に良い機会であると言える。

本ワークショップ実施にあたるキャリア・コンサルタントには、グループ・ワークのファシリテーターとしての人的・技能的資質が特に要求されるため、キャリア・コンサルタントにおいても、自分自身の向上のために、研鑽を重ねていくことが必須である。

また、いい意味でも悪い意味でも他者からの影響をストレートに受け止めやすい学生・若年社会人に対しての支援を担う者として、真摯な覚悟で臨むことは最低条件である。

このような資質を備えたキャリア・コンサルタントが「キャリア形成支援の専門家」として十分に活用されることで、このワークショップの有効性は確保されるのである。

12月22日参加学生振り返り感想

No.	面白い、役に立つと思つたこと	難しい、分からない、役に立たないと思つたこと	その他希望・感想・意見など
1	とても違う人の個性が分かったので、勉強になり、また自分の今の採点ができました。	難しい、分かりません。	また、こういう企画を考えてほしいです。
2	自分から見た自分は思つた通りだった。自分の意思を再確認できてよかった。次は他人の窓を見れるように努力します。	役に立たないムダなことは特にありません。	もう少し自由に話したかった。ブレーストミーミングのように。
3	さまざまな意見があり、みなさん将来のことについて考えていると思えました。これからの就活の勉強になりました。	話を相手に伝えるのが難しかった。	このような機会を作っていただき、ありがとうございます。
4	初対面の人と話をするのが苦手な方なので、このような機会です。	6つの役割のテストはやはり結果に個人差がでるなど思いました。	このような企画は他の人にもためになると思いますが、やってみてください。
5	ちがうジャンルの人と話すことによつていろいろな観点から物事を見ることができ、ちゃんと自分のことも言えたこと。	特になし。	もう何回か開いてほしい。
6	自分とは違った考え方や価値観を持った人と色々話せて楽しかった。	コミュニケーションをとる難しさ(いきなり質問していいかとか、こんな質問していいのかなとか)	どんだんこのような場を設けてほしい
7	人の話を聞き、プラスの面、マイナスの面が見えた。	初対面なので話を深く突っ込めなかった。	人の話を聞くのは非常に大切である。
8	みんなが就職に対してどう思っているのか分かったこと。	自己分析がやっぱ難しいと思つた。	またでできればほしい。
9	自分と違う考えの人の意見を聞いたこと。少人数で話したので、自分の考えが言いやすかつた。	特になし。	もうちょつと質問に対して、みんながいろいろ意見を言えるようにしたいと思つた。
10	今まで周りでそのような話をしていないので、今回、生でいろいろ聞いて良かったです。	いくつもあるのでも言いにくいです。	同じようなことを何回かやってみよう。
11	他人の就職活動の状況が聞けて良かった。	特になし。	グループディスカッションみたいなものをして良かったです。
12	みんなの様々な意見を直に聞けたこと。自分がこんな意見なんだということを伝えられたこと。	特になし。	無回答。
13	第1部：自分のパーソナリティタイプと職種が知ることができて良かったです。集まるグループも同じような考えの人がいて、面白かつたです。第2部では、いろいろな意見を聞くことができました。	違う価値観を持った人の意見を理解すること。	もっと、激戦な場だと思つていたので、話しやすい雰囲気でも良かったです。緊張しました。がんばってほしいです。
14	色んな考えが知れた。	無回答。	無回答。

15	自分と同じ立場の人（就活中の学生）の意見や、社会人の意見を聞く事ができて良かったです。	特にないです。	面白かったです。
16	初対面の人と話をしたけど、盛り上がりおもしろかった。司会の人自身が私自身の意見についてサポートしてくれたので、自己理解ができた。	雑談方向に行ってしまった時。	また機会があればやってみたい。
17	役に立った。	ないよ。	ありがとう。
18	おもしろかった！！意外な意見とかもあってびっくりしました。	なし。全て役に立つはず。	またこういう機会があれば参加したい。
19	同じ議題でもそれぞれ意見が違い、自分と違う意見の人の話でも、共感できる部分があったことはおもしろいと思いました。	無回答。	無回答。
20	人の話が聞けた。人の話を聞くことによって違う自分が見れた。感動した。	なし。	無回答。
21	自分一人で考えていて分からなかったことや、悩んでいたことで、みんなの話を聞けて色々勉強になったし、良かった。	ないです、役に立ちました。	またこういう機会を設けてほしいです。ありがとうございました。
22	自分が想像していたのとは全く違っていた。他の人の意見が聞けて良かったです。	無回答。	無回答。
23	自分の考えを言えて良かった。人の考えを途中で止めずに最後まで聞ける場がないので、よく分かった。	初対面ならではの緊張感はやっぱり苦手でした。	おもしろかったです。次からあったらまた参加してみたいです。
24	色々な学部の人と男女関係なく話せてとても勉強になりました。みんな、就職についてちゃんと考えていてビックリしました。	特になかったです。	また参加してみたいです。

大学担当者側からの意見

1. 外部キャリア・コンサルタントに依頼して良かった点

少人数参加型のワークショップに対し、多くのコンサルタントの方にサポートしていただいたので、学生一人ひとりにきめ細やかな対応ができた点が良かったと考えている。

学生にとっても、不慣れな経験で不安を抱きながらの参加であり、自分の話をしっかり受け止めてもらえるという環境で行われたことは、非常に重要な要素であったと思う。

2. 今後外部キャリア・コンサルタントに要望したい点

みなさんご多忙かとは思いますが、もう少し時間をゆったりと取っていただければ、学生にとっては更に理解が深まるのではないかと思います。

実際、人前で自分のことを話すということに対してはある程度できたと答えている学生でも、自分とは異なる意見や考えを持った相手とどのようにコミュニケーションをはかればよいのか分からなかったという意見が多く寄せられており、コミュニケーションスキルを学ぼうと、ここをしっかりと理解させたいと考えている。

3. その他の感想

ワークショップの進め方について具体的に学ぶことができ、キャリア開発課としても大変参考になった。今後、マスから個への支援を強化していく中で、ワークショップという手法を用いて学生自身に考えさせる指導に取り組んでいきたいと考えており、今回のワークショップの経験を生かしていきたいと考えている。

関西外国語大学・同短期大学部

1. 学校の概要

学 校 名	学校法人 関西外国語大学
区 分	4大・短大併設
所 在 地	(中宮学舎) 大阪府枚方市中宮東之町16-1 (穂谷学舎) 大阪府枚方穂谷1丁目10-1
設 立 年	1953年
設置学部	大 学 院：外国語学研究科（博士課程前期・後期） 大 学：外国語学部、国際言語学部、(留学生別科) 短期大学部：(英米語学科、国際コミュニケーション学科)
学 生 数	大学院：62名、大学：9,820名、短期大学部：3,293名 (平成16年10月1日現在)

2. 学校の特徴

建学の理念に「国際社会に貢献する豊かな教養を備えた人材の養成」と「公正な世界観に基づき、時代と社会の要請に応じていく実学」を掲げ、半世紀を越えて建学の理念の具現に努め、特色ある大学づくりを進めている。

具体的には、1968年より開始した国際交流が挙げられる。現在では約30種類の留学プログラムのもとに、48カ国276大学と提携、長期・短期留学派遣学生総数1,400人、受け入れ留学生数約600人、年間2,000人規模の国際交流を展開している。

平成4年度から大学院・学部・短期大学部に「自己点検・自己評価委員会」を設置、平成5年「教育研究年報」にまとめ、公表。これに基づき、本格的なカリキュラム改定を実施。平成8年には「財団法人大学基準協会」の第1回相互評価を受け、以後、教育内容と方法のあり方、教育設備の充実・改善を中心に鋭意、点検・評価を進めている。

また「学生による授業に関するアンケート」（授業評価）を、平成9年度より全学生を対象に毎年実施。授業改善への提言と合わせて、回答分析結果を大学新聞「関西外大通信」で公表。授業評価は、「学生の自己評価」の設問群を設けることで、学生も授業に取り組む姿勢を自ら点検・評価している。

3. 学生に対するキャリア形成支援の考え方

学生が「自己責任のもとに自己の能力を発揮できるキャリアの選択ができる」ことを基本的支援方針としている。

すなわち、良き社会人としての基礎的訓練、自己の能力を発揮できる職業の選択に向けて自己分析・職業の研究の実施、希望する職業に就くための準備活動などのために入学早期の時期から各種ガイダンス、講習・講座を準備し、実施している。

「大学から社会への良きスタート」達成に向けて、キャリアセンターを中心に教員の

協力も得て、学生の状況に応じた情報提供・指導を実施している。

4. 学生に対するキャリア形成支援のこれまでの取り組みの概要

キャリアセンターでは以下の通り実施している。

キャリア形成支援実施実績・予定(延べ回数)

項目		大学	短大
講演	キャリアを考える	2	2
	企業・業界研究	13	10
ガイダンス	就職ガイダンス	6	6
	その他ガイダンス	8	16
企業説明会		31	10
講座・講習		25	32
試験・検査		11	18
連続講座(有料)		5	1
計		86	83

平成16年インターンシップ派遣数	62社	30社
	133名	82名

現状の取り組みが、年次ごとの支援であり、実用性に重点を置いた支援内容が中心となっているため、今後新たな展開として、学年横断的な支援並びに「3. 学生に対するキャリア形成支援の考え方」に挙げた「学生の自己責任」能力育成のため、「自己理解」→「自己決定」→「自己責任」という流れの源である「自己理解」支援の取り組みを志向している。

これは、4年制・短期大学部併設大学であり、短期大学部から4年制への編入学者が多いため、短期大学部においては、学生に対して入学時点から「就職か進学か」を明確に意識化させる必要があり、「短期大学部の2年間」ではなく、「4年制の2年間を短期大学部で過ごす」という認識でのキャリア形成支援を行う必要があるからである。

また、「外国語大学」という特徴から、長期留学を志向する学生も多く、異文化社会の中で自己の発達課題に取り組むためには、日本の社会環境で要求される以上に、「自己理解」が必要となってくるからである。

5. キャリア・コンサルタントを活用したキャリア形成支援の試行実施の内容

(1) 試行実施の概要

キャリアワークショップ

今の学生・若者のキーワードである「自分らしさ」をテーマとして

- 1) 自己理解・他者理解を深める

- 2) 社会との関わりの中で、将来目指したい「自分像」を描く
 - 3) 2) の実現のために必要な行動計画を立て実行する
- というプロセスを、個人ワーク・グループワークを通じて体験学習する

<対象>

大学1～3年次生、短期大学部 1年次生対象に定員24名で募集

参加申込：大学3年次生 11名、大学2年次生 6名、短期大学部1年次生 7名
計 24名

(参加申込後、病気等により3・2年次生 各1名辞退)

<目的>

- ★「就職準備」だけでなく、進学等も含めた「卒業後の進路設計」を明確にする
- ★現在の学生生活への適応力を高める（1～3年生を対象とすることで、「就職活動支援」だけでなく、それぞれの学年段階での課題解決の支援を行える）
- ★自己中心的な「自己実現」でなく、あくまで社会との関わりの中で「自己実現」していくことが重要であることの認識・理解を促し、職業・社会生活への関心を高める
- ★「行動計画」を立て、実践状況について継続的にフォローすることで、「やり放し」を防ぎ、身近なレベルでの達成感・自己肯定感を体験する

<キャリア・コンサルタントの役割>

◎ 担当キャリア・コンサルタント 各回 2名

今回担当のキャリア・コンサルタントは、大学生対象のグループワークだけでなく、企業勤務者・若年求職者・中高校生を対象としたグループワークファシリテーションの実績を持っており、「指示を与えて行動させる」のではなく、参加者並びにグループの「力」を活用したワークショップ実施の意義・重要性を十二分に理解した上で、ワークショップを運営できる。学生を含めた若年者への支援においては、支援する側から「働きかける」ことが確かに必要であり重要ではあるが、過度の「働きかけ」は「干渉」「指示」「過保護」となり、相手の「自立」を促進するはずが、「依存」状態を生じさせることが往々にして起こり得る。キャリア・コンサルタントはこの点を十分理解しており、相手の自我の成熟度に応じて、適切な対応をすることができる。キャリア・コンサルタントはヒューマン・スキルについて、専門的な理論・実践学習を積んでおり、まだ自我が確立せず不安定な状態にある学生に対して、自己理解・他者理解を深める過程で、適切な支援を行うことができる。

自己理解・他者理解を深めるためのワークショップは、単なる就職活動のテクニック習得のためのワークショップとは、本質的に異なる。「自己を見つめる」という深い内省は、時として「思い出したくない」事実を見つめ、受け入れる勇気を必要とする。そのような時こそ、カウンセリング・スキルを習得したキャリア・コンサルタントの真価が発揮されるのである。

また、知識伝達を目的とする講義とは異なり、ワークショップはそこに参加する

者それぞれが主体的に体験し、考えていくことを目的としている。そこには当然の前提として、参加者と運営役であるキャリア・コンサルタントとの間に信頼・協同関係が成立していなければならない。参加者の感想（詳細は別表参照）に、「真剣に話を聞いてくれるのでとても話しやすかった」、「丁寧に優しく接して頂いた」とあるが、これはキャリア・コンサルタントが単なる「講師」ではなく、参加者自身の気づき・学びを促進する「ファシリテーター」として、参加者と対等の立場、すなわち「他者尊重・自己尊重」の姿勢に徹しているからこそである。

「就職活動」に関する情報が氾濫している現状において、参加者である学生達のセミナー等への要求・期待水準も高くなっている。言うなれば、「セミナー慣れ」した評価基準を持っており、いろんな面で「値踏み」を行っている。今回担当のキャリア・コンサルタントは、複数の大学・短大等の学生支援を行っており、フリーター・ニートに属するような若年社会人のキャリア形成支援の実績も持っている。また、企業情報にも通じており、そのような豊富なバックグラウンドを持っていることが、参加者からの信頼を得ることに寄与している。

キャリア・コンサルティングに関して十分な理論・実践の裏づけを持たない者が、今回のようなワークショップを運営しても、同等の成果を期待することは難しい。

参加者の反応・理解度を適切に判断し、カリキュラム内容・実施方法の修正を図り、個々の参加者からの質問・相談に対して、対処療法的な解を与えるのではなく、本人が自分で考えて、自分なりの解答にたどりつくプロセスを支援することが必要だからである。

そこには「相手の成長の可能性を信頼する」というキャリア・コンサルタントの人間観が反映される。「マイフェアレディ」ではないが、人間は「あなたなら〇〇できる」と対応されれば、自然と「〇〇できるようになる」ものである。参加者の自己肯定感をいかに引き出し、高めていくか、この視点に立った支援こそ、キャリア・コンサルタントの特性である。

<カリキュラム内容>

日 程	テーマ&内容
11月15日(月) 17:50~19:50	<p>★Who am I ? (1) ~私を知ろう~</p> <p>①自己紹介&他己紹介</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ アイスブレイクを兼ねて、まず教室内を自由に歩いて出会った人と自己紹介をし合う。10分で5人が目標。次に、5番目のペアで2人1組となり、他のペア1組とで4人組を作る。4人組になったところで、各ペアでそれぞれ自分の相手を他のペアに紹介する「他己紹介」の形で、グループ内メンバー紹介(10分)。全員の紹介が終わったら、自分を紹介してもらった感想をグループ内で話し合う(10分)。 <p>キャリア・コンサルタントは自己紹介→ペアリング→グループ作り→他己紹介→話し合いの流れがスムーズに運ぶよう、時間管理をしながら、適宜フォローに入る。</p>

	<p>②キャリアプランの重要性・意義についてのガイダンス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「キャリア」の意味、「外的キャリア・内的キャリア」、今回のワークショップの目的について、キャリア・コンサルタントが解説。(資料1) <p>③「今の自分」の心のエネルギーを考えてみよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の「現在の状態」(現在の満足・充実感を考え、その原因を考えてみる)から、現在及び将来について、問題を感じるかどうかを考えてみる。ワークシートに個人作業で記入(15分)してから、記入した感想について、2～3人単位で話し合い(5分)。 キャリア・コンサルタントはワーク・話し合いについてのガイダンス(守秘義務の説明等)を行い、個人作業・話し合いの間、巡回して、質問等に対応。 <p>④「経験」と「気持ち」の棚卸</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 小学校～現在までを振り返り、楽しかったこと・辛かったこと・やりがいを感じたこと等を、ワークシートに記入(個人作業・20分)。(資料2) キャリア・コンサルタントはワークについてのガイダンスを行い、個人作業の間、巡回して、質問等に対応。 <p>⑤まとめと振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本日のワークショップ全般を振り返り、学生からの質問等に回答。
<p>11月22日(月) 17:50～19:50</p>	<p>★Who am I ? (2) ～私を知ろう～</p> <p>①交流分析の考え方に基づく自分の対人関係パターンを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ TEGを実施、その後結果の見方・交流分析についての簡単な説明をキャリア・コンサルタントが行う。説明後、TEGの結果を見た感想を、4～5人単位のグループで話し合う。 <p>②アサーションを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ アサーション理論の基本的な説明をキャリア・コンサルタントが行い、簡単な応答例を使って、3タイプの応答を考え、その時の気持ちを考えてみる練習を行う。学生に回答させ、キャリア・コンサルタントが補足説明を行う。 ・ アサーションのロールプレイ演習(3～4人のグループで、与えられた4つの課題から1つを選択、アサーティブタイプ、ノン・アサーティブタイプ、アグレッシブタイプの応答シナリオを作る。グループごとに前に出て、演技形式で発表)。 キャリア・コンサルタントは、発表までの進行を適宜フォロー、各グループの発表についてフィードバックを行う。

	<p>③まとめと振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> 本日のワークショップ全般を振り返り、学生からの質問等に回答。
<p>11月29日(月) 17:50～19:50</p>	<p>★Where am I going? (1) ～未来を創る～</p> <p>①「経験と気持ちの棚卸シート」について(グループワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> 11月22日に記入した「経験と気持ちの棚卸シート」を完成させて持参。それをもとに、記入した内容についての説明・感想等を4～5人単位のグループで話し合い(40分)。 学生に任意にグループを組ませると、固定メンバーになるグループが出てきたため、今回の話し合いグループはキャリア・コンサルタントが編成。各学年・専攻が混成されるよう配慮。初めての顔合わせも多いので、話し合いに入る前に、各自自分の名札(以降、毎回持参してもらい、胸につけてもらう)を作成。それを見せながらの自己紹介をグループ内で行う。話し合いの最初に、守秘義務の確認と前回のアサーションの考え方を再度説明。話し合い用のメモシートを作成。 話し合いの間、キャリア・コンサルタントは各グループを巡回、基本的に介入せず。 <p>②ライフプランを考えてみましょう</p> <ul style="list-style-type: none"> 卒業してからの「人生」において、どのようなことが起こるか、どのようであればいいか等、「仕事」と「私生活」に分けてワークシートに記入しながら考えてみる(個人作業・15分)。キャリア・コンサルタントはワークに入る前に、大学・短大卒業後「社会との関わり」の中で、責任を担っていく重要性について、税金・年金問題を例に挙げて説明。続いてワークについてのガイダンスを行い、個人作業の間、巡回して、質問等に対応。 <p>③「私にとって仕事とは？」(グループワーク)</p> <ul style="list-style-type: none"> ①と同じグループで、ライフプランシートを参考にしながら、上記テーマについて話し合いを行う(35分)。 話し合いの間、キャリア・コンサルタントは各グループを巡回、基本的に介入せず。 <p>④まとめと振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> 本日のワークショップ全般を振り返り、学生からの質問等に回答。

<p>12月13日(月) 17:50~19:50</p>	<p>★Where am I going? (2) ~未来を創る~</p> <p>①「やってみたい仕事・やりたくない仕事」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 前回の話し合い(「私にとって仕事とは」)を振り返りながら、自分がやってみたい仕事・やりたくない仕事について、その理由もあわせてワークシートに記入・整理してみる。記入後、前回とは違うグループ編成(5~6人単位)で話し合い(30分)、結果をグループごとに発表。(資料3) 話し合いの間、キャリア・コンサルタントは各グループを巡回、基本的に介入せず。各グループの発表についてフィードバックを行う。 <p>②「私が大切にしたいこと」・「私の夢」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 今までのワークや話し合いを振り返りながら、①と同じグループで話し合い(30分)。話し合いの間、キャリア・コンサルタントは各グループを巡回、話し合いが散漫にならないよう配慮に務め、脱線状態が長く続いた(6~7分程度)1グループに介入。 <p>③まとめと振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本日のワークショップ全般を振り返り、学生からの質問等に回答。
<p>12月20日(月) 17:50~19:50</p>	<p>★How can I get there? ~自分らしく輝くために~</p> <p>①これからの行動目標・実行計画を考えてみましょう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 第1回~4回までを振り返って、「社会に出るまで」「社会に出てから」の区切りで行動目標・実行計画を立ててみる(個人作業・20分)。 キャリア・コンサルタントはワークについてのガイダンスを行い、個人作業の間、巡回して、質問等に対応。 <p>②①で作成した自分の行動目標・実行計画を全体発表</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 参加者全員(20人)で、1つの円を作り、各自自分の行動目標・実行計画を全員に宣言する形で発表。「この言葉を言ってもらったら自分はやる気になれる、頑張ろうと思う気持ちになれる」という言葉を、各自2つまで「リクエスト」として出してもらい、発表後、全員から言ってもらって、その時の気持ちを味わってみる(70分)。 キャリア・コンサルタントは、話し合いの進行を行い、全員の発表終了後、全体的なフィードバックを行う。 <p>③まとめと振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 今回のワークショップ全般を振り返り、「自己理解→自己決定→自己責任」の流れと、「他者理解」の重要性について解説。学生からの質問等に回答。

(2) 実施結果

ア. 参加状況

11月15日(月)	出席	20名	欠席	2名	
11月22日(月)	出席	22名	欠席	0名	
11月29日(月)	出席	21名	欠席	1名	
12月13日(月)	出席	20名	欠席	2名	
12月20日(月)	出席	20名	欠席	2名	
※ 全回出席	16名	1回欠席	5名	2回欠席	1名

イ. 参加の感想(別表参照)

各回の振り返りから主として感じ取れることは以下の4つである。

①満足度の高さ

今回参加の学生は「自発的参加」であり、最初から参加意欲の高い学生であったが、出席率の高さ(平均93.6%)からも判断できるように、毎回の講座内容への満足度は極めて高い。「楽しい」「面白い」という表現が多用されているが、毎回「新しい何か」に出会い、吸収していくことへの期待感・喜びが感じられる。「就職活動」への意識も高く、「役に立ちそうだから」という講座参加動機も十分に満足されていると思われる。

有料の講座であっても、出席率は初回をピークに漸減・激減するのが一般的であり、今回のように高い出席率・満足度を確保できたのは、学校ご関係者のフォローに加え、「堅苦しい」「難しい」という学生の先入観を払拭する講座内容・実施手法を実現できたからである。参加者一人一人と向き合い、相手を尊重するというキャリア・コンサルタントの姿勢が、「話しやすい」「毎回毎回楽しみ」という感想に結びついたと思われる。

②向上意欲・学習意欲の強さ

参加者全員に共通しているのは、毎回の講座での経験を自分の成長のために活かしていこうとする、強い向上意欲・学習意欲である。キャリア・コンサルタントが特に指示した訳でもないのに、「この結果をこのように活かしていきたい」「夢を実現するために努力を怠らないようにしたい」等、非常に前向きな反応を示している。また、初回の「自己紹介・他己紹介ワーク」、第2回の「アサーション・ロールプレイ」、第5回の「言ってもらいたい言葉ワーク」等、初めての体験であり、かなり自己開示を必要とするようなワークにも、素早く反応する学生がほとんどで、ワークショップ運営が非常にスムーズであった。

「自分の意見を言いやすい穏やかな環境を作ってくださった」「うまくみんなの気持ちを理解したり、長所を取り上げてくれたりして、私たちのやる気を倍増させてくれました。だからこそ、素直に考えて取り組めた」という感想に示されているように、学生-キャリア・コンサルタントの理想的なリレーション、コラボレ

ーションが実現できていたと思われる。

③理解力・学習能力の高さ

②と同様、参加者全員に共通しているのが、各ワークの目的（意図するところ）・効果を、自分で汲み取ることができるだけの理解力・学習能力である。今回のワークショップでは、第1回の学生の反応・振り返り記入内容から判断して、キャリア・コンサルタントはファシリテーターに徹する方針をとった。各ワークについても、シートの記入方法等、最小限のガイダンスにとどめ、学生からの自発的な質問を促し、それに回答する方式で実施したが、各回の振り返りをみると、各ワークの目的等については、学生自身が見事な「気づき」を示している。「こんなことをして何の意味があるのか」という疑問に対して、学生自身がきちんとその解答を導き出している。これは、理解力・学習能力の高さに加えて、参加者全員が真剣に「自分のことをきちんと理解して、将来に向けて進んでいこう」という意識を持っているからである。

このような場合、過度の指導・アドバイスは、参加者の自覚・成長を阻害する可能性があることを、キャリア・コンサルタントは十分理解し、対応することができるのである。

④「話し合い」の効果

基本的なコミュニケーション能力の高い学生がほとんどであったため、「話し合い」を積極的に希望する者が多かった。「自分と同じ価値観の人と話す」と安心する。また逆に違う価値観の人がいると発見がある。」という感想は、「話し合い」の効果をも的確に表現している。「話し合い」を通じて、人との違いや共通点を見出し、自分についての理解を深めていく学生の成長ぶりが実感でき、ワークショップの効果が確信できる。

また「普段は話すことのない話題について話す機会があって良かった」「一つのテーマについて、みんなで熱く語ったり、話し合うことはあまりない」「普段話す機会のない子たちと話せた」等、周囲に気遣い、内心では「こんな話題についても話してみたい」「初めての人達と話す機会が欲しい」と思っているにもかかわらず、「実行」に移せない、現代の学生気質がうかがわれる感想も目立った。

今回のようなワークショップを実施することで、学生が本来持っている欲求・能力を自覚し発揮できる機会が提供されることとなり、各学校が目標としている「自立した学生」育成が可能となる。そのためにも、グループファシリテーション・スキルを習得したキャリア・コンサルタントの活用が強く望まれる。

ウ．意識調査：受講アンケート

設問1 今まで（ガイダンス以前）に「キャリア」という言葉を聞いたことがあるか

- ・ ある 22名
 - ・ ない 0名
- *同大学の就職担当部署名称が「キャリアセンター」

参加者全員が「キャリア」という言葉は知っていたが、意味する内容については「職歴・経歴」が12名で一番多く、次いで「仕事」「仕事ができる能力」が4名。「学業成績のいい人がつく良い職業」「社会的に認知度が高い職業」「何となくエリートな感じ」という「キャリア官僚」からイメージされたような回答が各1名。「仕事を続けること」「将来働いて自分を磨いていくこと」「人生における仕事の積み重ね」という、個人の価値観が反映されたような回答が各1名あり、まだ多少バラツキを感じる回答内容であった。

設問2 アルバイト経験について

- ・ 現在している 13名
- ・ 現在はしていないがしたことはある 9名
- ・ したことがない 0名

学生にとって最も身近な「仕事経験」であるアルバイトは、全員が経験していた。勤務形態は単発アルバイトや期間限定アルバイトも含めて様々であり、職種は接客業・家庭教師・塾講師が代表的だが、工場での軽作業・書店の棚卸・巫女等、単発アルバイトで「変わった仕事」を経験している学生もいた。将来の進路選択につながるアルバイトを経験している学生は1名（教師志望で塾講師アルバイト経験）のみのようなのだが、アルバイトアテンダント志望で、飲食店等で接客しているのも「機内サービスの実務訓練」に結びつくとも言える。全体的には「アルバイトはアルバイト」と割り切っているようである。

設問3 今回の講座に参加した理由（複数回答可、22=100%）

- 1) 今後役に立ちそうだったから 95.5%
- 2) 内容が面白そうだったから 31.8%
- 3) いろんな人の意見を聞いたかったから 31.8%
- 4) その他 13.6%

「その他回答」内訳：就活の役に立ちそう、グループワークで人見知りを出したい、自分を見直す 各1名

この回答内容からも「実利」を期待していることが判る。無償講座への参加継続は、講座内容への満足度次第であることから、カリキュラム作成～実施まで、キャリア・コンサルタントの専門能力に期待されるものは大きい。

設問4 大学卒業後の進路（就職・自営・家業手伝い・進学など）は決まっているか

- ・ 明確に決まっている 4名
- ・ ほぼ決まっている 8名
- ・ まだ迷っている 8名
- ・ 全然決まっていない 2名

卒業後の進路について「明確に決まっている」「ほぼ決まっている」12名は「就職」（職種未定の場合も含めて）という決定をしていた。「まだ迷っている」8名は、「進学か就職か」が2名、「就職は決めているが、何をしたらいいのか、自分に本当に合った仕事は何か」が6名という内訳である。「全然決まっていない」短大1年生・大学2年生各1名を含めて、個別対応の必要性が痛感される。

* 参加感想・受講アンケートとも記名式。参加感想の整理番号は5回共通で発行。

6. 事例担当者の意見

本事例の実施にあたっては、学生への告知・募集に始まり、当日の運営、欠席者への連絡等、大学ご担当者にご多大なご協力・ご支援を頂いたことを、まず深謝申し上げたい。

学生への最大の告知機会であるガイダンス開催日程の都合で、参加対象としていた大学1年次生の参加がなく、男女内訳も男性1名、女性21名といささか偏った構成となった点を除くと、理想的な参加メンバーを得ることができ、キャリア・コンサルタントも時に「参加者」として、学生と共に「気づき」を得、成長することができた貴重な時間となった。

毎回の振り返りを通じて、学生の成長を実感することができ、今回のワークショップを企画するにあたって、最大の目標としていた「学生が自分自身について真剣に考えられるようになること」は、達成できたと考える。

多少時間は要するが、参加者が自分の考えを自分の言葉で表現する練習を重ねることを重視し、受講感想を全て記述式にしたこと、キャリア・コンサルタントはワーク等に関する質問にもすぐに回答するのではなく、参加者がどういう背景からそのような疑問を感じているのかを確認しながら、参加者が考える手助けに徹したことで、参加者自身が「自分の力で気づけた・分かった」という自信を持つことが可能になったと判断している。

また、全体を通じて、常に参加者の発言・反応に注意を払い、適切なタイミングでフィードバックしたことが、参加者の満足度に結びついたと思われる。(例：ワークシートの記入方法について質問があった時、質問の基となる着眼点をほめた、参加者が講座について要望を述べた際、その表現方法がアサーティブの良い見本であるとフィードバックした等)。

最近の傾向として、「自己理解」「自己分析」については関心があっても、そこに「他者理解」の視点が欠けていたり、「社会」との関わりを考えることなく、現実の「行動」に踏み出せない学生が増えている。

今回のワークショップでは、「自己理解」はもちろんであるが、そこから「他者理解」「社会との関わり」を意識し、就職・進学といった現実の「行動」に繋げていくことも重視している。本来、キャリア・コンサルタントは、相手が自分の意思で行動変容を起こしていけるよう支援する能力を求められているのであり、今回参加した学生が、それぞれの目標に向かって行動していく推進力となるよう、第5回講座のカリキュラム作成

を行っている。振り返りを読む限りでは、「実行」されることが期待できるが、やはり継続的な観察・支援は必要であり、今後大学ご担当者のご理解を頂きながら、関与していきたいと願うものである。実施にあたり、今後の課題と考えられる点を以下に述べる。

1) 学生への周知・認知度を高める

今回も大学ご担当者にご多大なご努力をして頂き、何とか予定人数が集まったが、参加者確保に四苦八苦の状態は各学校共通である。今回の参加動機でも「役に立ちそうだったから」がほぼ全員であったが、入学早々から「就活」を意識させられるような環境に追い立てられ、学生の「即効性」「実益」志向は益々強くなっている。「就活に絶対役立つ〇〇」「これさえすれば絶対内定」といったキャッチ・コピーで、学生の関心を引く方法もあろうが、それに頼って動員すると、結局表面的・ハウツー的な知識・テクニックにしか関心が向かず、「自分できちんと考える」「自分の考えを自分の言葉できちんと表現できる（文書化も含めて）」といった基本的で重要な努力を積み重ねる精神的余裕が持ちにくい状態になることも予測される。

これを回避するためには、やはりワークショップの内容・目的を、学生に分かりやすく説明・伝えることが必要であり、そのための「地ならし」として、「キャリア」というのは決して学生に関係のない言葉ではなく、「一度しかない自分の人生をいかに満足して過ごしていくことができるか」に関わる大切な言葉なのだということを、もっと学生に理解してもらう必要がある。

一方で、今回の参加者が提案してくれたように、「実際に経験してみないと分からないので、経験者が積極的にPRする」、つまり参加者が「他の人も是非参加すればいい」と思えるような講座を実施し、実際に経験した学生を増やしていくことが、一番の近道であるとも考えられる。

また、学生の参加意欲を高めるには、やはり相手を尊重する姿勢が不可欠である。今回の講座で、キャリア・コンサルタントとしては「丁寧」「優しく」を特に強調していなかったのに、参加者の大半が、「優しく丁寧に接してもらえた」という感想を持っているという事実は、裏返せば、日常的にそのように接してもらう機会が限られているということになるのかもしれない。日常的に学生に接する機会の多い教職員に、キャリア・コンサルティングの有効性・重要性を体験して頂く機会作りにも、キャリア・コンサルタントの活用が必要である。

2) ワークショップを補完する「支援」が必要

学生を含めた若年者と接すると、彼らには「仕事の詳しい内容」「仕事の本質」に関する知識・理解・情報が、いかに不足しているかという現実には愕然とすることが多い。

今回、「やってみたい仕事・やりたくない仕事」のワークで、それぞれの仕事を挙げた理由からも、非常に限定されたイメージ・情報で判断してしまっているのが分かる。

例えば「やりたくない仕事：事務：一人だけで黙々と仕事をしないといけないから」「やりたくない仕事：銀行員：ずっと座ってお金や書類と向き合っていたくない

から」「やりたくない仕事：営業：頭を下げて色々外回りをしないといけない、成績で競い合って疲れるから」「やってみたい仕事：ブライダル：人の幸せを見て自分も幸せになれそう」「やってみたい仕事：銀行員：定時に帰れる」「やってみたい仕事：映画関係：最新映画をいっぱい見れる」等々、特に「やりたくない仕事」の理由に問題が多い。

この回の振り返りで「これから就活をしていく際に、イメージで仕事の幅をせばめずに、今日の話し合いを基に、色々な角度から調べてみようと思いました。」という感想もあったが、ではどのように調べればいいのか、という点について、もっと専門的な支援が必要であろう。

実際にその仕事に就いている人達から話を聞く、というのは、例えばOB・OGによるセミナーや業界セミナー等が考えられるが、具体的な職業・業界・企業の分析・研究を行えるようなセミナーも必要である。このようなセミナー実施においては、職業・仕事に関する幅広い知識・情報を持ち、長期的なキャリア形成の視点に立って、職業・仕事選択の支援を行えるキャリア・コンサルタントの活用が有効である。

3) 「マス」への対応

各学校において、「キャリア・コンサルティング」の有効性・重要性はすでに十二分に認識されている。特に就職未内定者・怠学者（不登校）への支援において、「個別カウンセリング」(*)の必要性・有効性は疑う余地がない。しかし、経費・時間・人員等の様々な制約があり、現実には実施困難な状況である学校もまだ多い。

今回のワークショップも、準備期間の問題があったとは言え、「24名」で定員である。大学・短期大学部を合わせて、13,000人以上の学生が在籍することから考えれば、非常に限定された人数である。少なくとも、在籍者の10%、1,300人が参加できるような開催体制を整えたとすれば、どのような方策が可能なのだろうか。1日単位に内容を集約・1回あたりの参加定員を増大した上で、夏期・春期の長期休暇中に集中開催する、もしくは授業としてシラバスに組み込む等、学事日程全体に予め組み込まなければ、実現は困難であろう。

また、今回のように自発参加してくる学生は、総じて就職に関する意識が高く、いわゆる「放っておいてもいい学生」であり、実際に現場で問題となる「呼べど誘えど反応しない」学生に対処できてこそ、キャリア・コンサルタントを活用する意義があるという意見も多い。ここでは、「個別対応」×∞人の対応が求められる。

各学校において、キャリア・コンサルタントを活用する上で一番の課題となるのは、「卒業までの限られた期間に、多数（千人単位）の学生に対応するにはどうすればいいのか」ということだと考える。先述したように、学事日程全体に関わる問題であり、当然のことながら教室・教職員の確保といった問題も考慮しなければならない。一朝一夕には解決できない課題であり、無力感を感じる者も多いだろう。

しかし、「学生の個性を尊重」し、「自立・自己決定できる学生を育成」するためには、「マス対応」ではなく「個別対応」が不可欠である。

キャリア・コンサルティングは「未来」を志向し、「人」の成長の可能性を信じるものである。今回参加した学生22人、一人ひとりが持つ「可能性・将来性」を信頼

する者として、彼女達が周囲の学生に与えるエネルギーに期待したい。

「このような講座をどんどんいろいろな所で、いろいろな人に開催してください」というエールに応えられるよう、キャリア・コンサルタントも、各方面への働きかけを続けていくことが必要なのである。

- * 「個別カウンセリング」：ほとんどの学校において、学生の「個別面談」はすでに実施されているが、内容は「キャリア・ガイダンス」がほとんどである。「キャリア・カウンセリング」と「キャリア・ガイダンス」の違いを学校関係者に周知することも、キャリア・コンサルタントの専門性を認識してもらうために必要不可欠な要素である。

11月15日振り返り感想

No.	面白い、役に立つと思ったこと	難しい、分からない、役に立たないと思ったこと	その他希望・感想・意見など
1	たくさんの人と会話を交わすことができ、有意義な時間を過ごすことができた。何人かの人と話をした中で、自分が気にしていた問題の一つについて、アドバイスしてくれたことがすごく嬉しかった。	初対面の人に自己紹介をしたり、質問をしたりするのはやはり難しかった。数年前の自分なら全くと言っていいほど、話せなかったらと思う。	なし
2	講義が楽しかった。自己紹介やワーク、すべて良かった。	なし	自分を知ることが本当に難しいのだなと思った。それは自分を知る方法が分からないからだ。知る方法をこれから一つ一つ学びたい。楽しみます、お願いします。
3	欠席	なし	
4	最初に行ったペアの人に自分の事を紹介してもらった。ワークを通して、自分を客観的に見ることができ、自分はこんな風なのだと改めて感じた。また、自分の過去を振り返ることは難しいとおもったが、自分自身について良く知ることができると、役に立つと思った。	なし	今回初めてこのワークショップを受けてみて、とても面白かった。これから頑張って自分を発見していきたいと思う。
5	いきなり自己紹介をすることになって驚いたが、皆話したり人ばかりで安心した。だが、人にならなくて話すとときに、自分について話す事が余りないので恥ずかしいかと思っ。今まで3回生だし、自己分析などやらなくては、という気持ちばかりで行動が伴っていかなくて、気になってる事を書き出す事で頭の中にあっただけで、事も明確になり、分かりやすかった。	なし	自分の長所や短所など考えつかなくて困っている。どうすれば分かるようになるのでしょうか？
6	自分の考えを紙に書いてみると役に立つのでは？と思っ。自分が煮詰まってきたときは、紙に書いて、原因・理由を考えて、自分を見つめ直すのは良い方法だと思っ。客観的に自分を見つめ直す機会になると思う。また、他の人と比べることで、自分はここが違うんだなと新しい発見があった。	なし	自分の考えを紙に書いてみて、整理して、自分を客観的に見つめ直すのは、自分を知るために役立つんだと思っ。これからのキャリア・デザイン研修で、より深く自分を知り、自分のやりたい事は何なのかを見つめたいと思っ。
7	振り返りの表を書いたこと。改めて口に出して説明したり書き出すことによって自分の主観や思っていること、その当時の気持ちを思い出すことができていること、	自分の主観で話したり書き出したりしているのは、実際はどうだったのか、正確に分らない点がある。嫌な思い出しはオブラートに包んでしまっているため。	自分で自分さがしや自己分析をする事は間違った方向に進んだり、十分でなかったりと問題点が多く、不安に思っていたが、この場でじっくりと自分を見つめ直してゆきたいと思う。
8	過去を振り返っても、その時の気持ちの波なんて考えられる機会がなかった。少し面白かった。他己紹介も楽しかった。	自分の気持ちとその時どんなのであったのか、思い出すのが難しかった。	自分でも分からなかった自分の長所などが発見できれば良いなと思う。これからあと4回ちゃんと出席したいら、自分の何かかかわるかもかもしれないと期待している。

9	改めてキチンと自分のことを振り返ったことがなかった。自分で、作業を通して、「自分直すことができた」と、自分を見つめ直すことができた。それを文字にすることも今ままでなかったので、これから「自分」を文字や言葉で表現していきたい。	自己紹介は意外と難しかった。名前と学年を言ったあと、「次は何を言おう？」と戸惑ってしまった。	5回の講座を通して、「自分」がどんなものか、ハツキリと分かりそうな気がする。次回が楽しみ。
10	自分の事をただ考えても良く分からないのだが、手を動かして文章にしてみると、意外と思いつくもので、書きながら気付いたこともあった。不思議だ。今日はまだほんの少しだが、少しでも自分の事を知れて嬉しかった。	人に質問するのは難しいなと感じた。ごく一般的な事しか聞けなかった。また、1回でその人の事を覚えるのも難しいと思った。	時間の都合もあると思うが、もう少し色んな人とたくさん話せたら良かった。「ここが違うんだ」というところまでは到らなかった。
11	人との関わりはやっぱり大事だと思った。ヤル気を少しも失わなかった。そして1人で頑張ってるんじゃないんだな、と振り返ってみて思った。外的キャラと内的キャラという表現がすごく納得した。	特になし。	1回目からすごい興味を持てた。参加して良かった。
12	知り合いが増えたのが何より嬉しい。みんな笑顔で話してくれのが良かった。ワークショップも自分のことを振り返って、私の今の悩みはこれなんだと、ちゃんと判ることができて良かった。	自己紹介をやる時に少し時間が足りなかった。話が盛り上がり上がって自分の席に戻るのが少し名残惜しかった。	今回限りでなく、何回か実施してほしい。
13	新しい出会いがあって、他の人の意見や考えていることが聞けたことが良かった。「経験」と「気持ち」の欄をやり返って毎回落ち込んでいた原因がほとんど一緒だということに気付いた。	初めて会った人に質問するのはなかなか難しかった。聞きたいなあとは思っても、いざ質問しようと思うとあんまり質問が浮かばなかった。	もっと堅い授業のようなものかと思っていたが、ペアやグループでディスカッションできて楽しかった。
14	なし	みんなと交流する時間が短くてあまり感じるものがなかった。何か決められたテーマについて意見を交わすことができれば、みんなとの違いがよく分かると思う。	私は敬語を使うと無意識に壁を作ってしまうので、年上の人と話すのは思うように話せなかったと思う。でも年上の人の考えていることとかも知りたいので、話すのは必要なだけだけでも。
15	初対面の人と接して、少しずつ仲良くなっていけたのがすごく安心できて嬉しかった。また将来のことばかり考えていたので、過去を振り返ることが機会があった。自分の考えも書き出すことによってもよって良くなって良かった。	初対面の人との接し方が難しいと思ったが、役に立つと思う。	なし
16	楽しい！！それに役立つと思う。「経験」と「気持ち」の欄は書いて、昔のこと思い出せし、それがどのようになつていっているのかとかが分かって良かった。辛いこともあったけど、プラスに変えてくれたことが分かった。	なし	もっと堅苦しいものかと思っていたけど、いろんな人と話をしたりできて楽しかった。今までのことを振り返ってみて、楽しかった。
17	欠席		

18	自分で歩いて自己紹介をしに行ったことがすごい面白かった。普段当たり前すぎて、考えもしない事を今日苦振り返ってみて、すごい楽しかった。正直もともと堅苦しいセミナーだと思っただけで、だかからすごい楽しめた。自分の事を振り返ってみて、改めて気付いた事もあったし、今相手が何点とか、普通は聞けない様なことも聞けて嬉しかった。	なし、全部勉強になった。	これからできたら自分の長所ばかりでなく、直すべきところなどの発見の仕方なども教えてもらえたら嬉しい。
19	自分の過去を思い出ししてみるのは面白いと思った。あの頃こんなことしたなあとか、あんなことがあったなあとか、その中からでも「自分」を見つめることができるんだなと思った。	自分のこと、また今考えていることを文章にしてみるのには、自分のことなのに案外難しいなあと思った。	このワークショップを通して自分がどんな人間なのか、はつきりとかめめるようになれたらいいなと思った。
20	いろいろな人と話をしておもしろかった。年上の人が多くて何か得るものがあるんじゃないなと思った。	自分の点数をつけ、心配なこととか気になっていたりとかかを書いたけど、それで直ったりできるよになつたりとかかではできないよにならなと思った。	自分を振り返って見直すことはないで、いい機会かなと思った。
21	自分が今考えていることを書き出したり、自分の過去を振り返ってみるのは意外と面白かった。正直、この教室に来るまで退屈な話ばかりかな、とか眠くなるかなと思っただけで、楽しんで聞けることができた。	自分の過去を振り返りかえってみるのは意外と難しかった。	今後、自己分析に役立つような作業ができればいいなと思う。
22	思っていたよりも難しい作業がなくて良かった。自己紹介というものは今まで何回もやってきたが、今回初めて相手になりきって自己紹介をする、ということをした。改めて相手の話を真剣に聞き、記憶することの大切さを知ることができて良かった。	なし	なし

11月22日振り返り感想

No.	面白い、役に立つと思つたこと	難しい、分からない、役に立たないと思つたこと	その他希望・感想・意見など
1	TEG(エゴグラム)は(自分の中では)すごく正確だった。相手と話をする時は、常に言葉を選んで喋っているつもりだが、果たしてアサーティブな話し方ができているのか、と改めて考え直す良ききっかけになった。	アサーティブトレーニングはなかなかハードだった。男性と女性で、異なった意見や考えを持っているという事が改めて分かった。またそれが役作りをする上で一つのハードルになっていた。	相手がアグレッシブであったり、ノン・アサーティブである場合、こちらはそのようなことに気をつけて話をすれば良いのかと言う事を詳しく教えてもらいました。
2	大勢の人の前で話すこと、演じるのはとてもいい機会だと思つた。	なし	もっと参加している人とコミュニケーションできるようにランダムにグループ編成してもいいと思う。TEGエゴグラムで結果を知れた事、さらに改善、よりよい箇所を高められる方法を知れた事が良かった。自分自身を見つめるのは、とても時間がかかると思つたが、次回が楽しみ。
3	自分は今どういう面を強く持っているか、またどのような面が欠けているかを知ることができた。	日本人の特徴かもしれないけど、アサーティブの主張を考える時、的確に言いたいことを言うのが苦しかった。	それぞれ演技がきちんとタイプ別に演じられていて楽しかった。
4	今日やったアサーティブトレーニングがとても面白かった。たまに機嫌が良くないとき、家族に少しアグレッシブな言い方をしてしまう事があるので、物の言い方にもっと気をつけようと思つた。	なし	TEGエゴグラムの結果を見て自分にとっても当てはまっている事に気付いた。自分に欠けているところは努力して直していきたい。
5	アサーティブの役作りをする中で、こう言ったら相手の感情を害さないのではないかと、冷静に判断できるので、言いたい事がある時も役になるつもりで考えてみたら良いかもしれないと思つた。面白かった。	なし	エゴグラムの診断結果を見て、自分の思っている自分像と食い違いがあまりなかったのも、やっぱりなという感想と、前から自分で直さなくてはいけないと思つていた部分は変わっていないという感想があった。なかなか内面的なものを直すことは難しいが、客観視する事できっかけ作りになり、良いと思う。
6	TEGエゴグラムでは、自分のタイプを客観的に見られて良かった。自分の値の少なかつたところを伸ばしてみようと思つた。また相手などのタイプかを見極めて相手によって合わせてくれることも必要だと思つた。これから役立てたいと思う。アサーティブな表現は難しいけど、お互いの理解のためには、一番いい方法だと分かつた。具体的にシミュレーションすることで理解が深まった。	特になし	なし
7	シチュエーションや性格によって物の言い方が違い、それぞれ相手に与える印象や効果があることが分かつた。普段何気なく言っていることも言い方を変えて言うことは必要だと思つた。	なし	TEGの結果を見て、今後自分の行動をよりよくなるように改善していきたいと思う。

8	シチュエーションに合わせて劇をしたのが面白かった。皆「あ〜、あるある」と言わせる位、演技が上手かった。TEGのテストも自分がFCが高く、自由な子供であると書いてあって「やっぱりな」と思った。	TEGでAを上げるのは、今の私には難しいと思った。	TEGのような自分を見つけてやるようなテストをもっとやってみたい。
9	TEGエゴグラムでは、日頃の自分が目に見える形で表されて「なるほど、自分の状態はこうなんだ」と分かることができた。あと、人と話す時はアサーティブなレイションであることが良く分かった。今日のシミュレーションだけでなく、今後の生活に活かしたいと思う。	頭で分かっていることも現実かっとなってしまうたら、腹の立つようなことを言ってしまうかもしれない。円滑に話すことって難しいかも。	日常を改めて振り返る（例えば物の言い方とか）、そういうことがなかなかないもので、今日も良い体験ができた。
10	エゴグラム：自分の事が少し分かり、面白かった。参考にしていきたい。アサーティブトレーニング：初めてでしたが、反応や話にもいろいろあると分かって、とても興味深かった。実際に実践できるように意識していきたいと思う。劇も面白かった。セリフを自分で考えてみる事で、良く理解できたと思う。	エゴグラムの答え方が時と場合によって正反対になると思うものもあり、とても迷ってしまった。例えば家にいる時、サークルにいる時、クラスにいる時などで、結果も変わるんじゃないかと思った。	なし
11	遅刻などしたら、私はまず謝るべきだと思っていたけど、理由をまず求める人もいるんだなあと、新たに発見できた。色んな性格のタイプがある事に改めて気付いた。	特になし。	劇は恥ずかしいところもあったけど、みんなが真面目に取り組んでやるなら、すごい面白いものだと思った。
12	はじめにやったエゴグラムはとても参考になった。私はNPが極端に低かったもので、これからはより相手を思いやれるように心がけたい。	アサーティブトレーニングの発表は完全に役に入りきることがなかなか難しかった。	今日のエゴグラムのような心理テスト系はとてもしっかり。他のジャンルもあれば是非やってみよう。
13	グループになってアサーティブトレーニングをやったのが面白かった。それぞれのグループで少しずつ違っていたし、そういう場面になったらちゃんとアサーティブな対応をしようと思った。エゴグラムをやってみて、今の自分にはNPが強いということが分かり、ACが弱いということに気付いた。	アサーティブトレーニングをした時に、店長の反応を考えるのがなかなか難しかった。	心理テストみたいなのは、自分を知ることができて楽しいと思った。
14	同じ場面に遭遇した時の答え方で人の性格を分けるととても分かりやすかった。アサーティブ型になれるよう努めたいと思った。	友達同士で参加している子は、話し合いの時に群れる傾向があった。難しかった。	なし
15	エゴグラムのテストがとても良かった。自分を知るのに役立つし、これから改善していこうという意欲につながった。またシナリオ作りも色んな人の気持ちにならなくて良かったので、楽しかった。	アサーティブの具体例などを見てみたいと思った。	今回のような自分の新しい面を発見できるテストや内容の事をこれからもやってほしい。

16	ミニ劇みたいなのが楽しかった。エゴグラムも自分の性格とか分かって良かった。それぞれの性格に対するアドバイスがついて、細かかったので良かった。	なし	なし	みんなで考えたりして、楽しみながらやるので、楽しい。たやっぱ自分のことを良く知ることが大切だと思っただ。
17	アサーティブタイプ、アグレッシブタイプ、ノン・アサーティブタイプの短いロールプレイはこれから自分があるいろいろな立場に立って考えるきっかけになったので、良かったと思っただし、他の人のロールプレイでこんなふうな言うんだと思っただし。面白かった。	得になし。	CPとか、NPTとかの例が少し漠然すぎて、もう少し詳しく知りたかった。	TEGをやった結果で、もっと自分の意思をはっきり伝えようと思っただ。
18	面白かった。心理テストが大好きなので、TEGはやってみて改めて自己認識できた。劇も普通やる事ないから、このくらの短いものなら楽しんでやれた。	アサーションという3つのタイプに分かれた立場で、意見を考えるのは難しかった。その場、その場で自分の主張や希望を通すことも大切なんだと思っただ。	自分の特徴が分かった気がした、というより、予想通りだった。また、これからいろいろ自己分析していききたい。	
19	交流分析は自分の心理とかが分かったし、楽しかった。当たっている部分が多いように思っただのでびっくりした。	アサーティブの言い方はできるけど、相手の人によって、私はAGにもNAにもなってしまうから、アサーティブはあまりできなさそーだなと思っただ。	TEGの結果をこの先の就活などに活かせられたらいいな、と思っただ。弱かった部分の克服ポイントをしつかり読んで、伸ばせられたらいいな、と思っただ。	
20	TEGエゴグラムと似たようなものをしたことがあったけど、少し変わっていたのが、やっぱり性格は変わっていくものだなって思っただ。性格は自分で変えようと思っただら変えられそうな気になった。	特になし。	なし	
21	今日のTEGエゴグラムはとても面白かった。自分でもその通りだと思っただくらい良く合っていた。あと、最後のアサーティブの演技もみんなそれぞれ個性があっただ楽しかった。	なし	今日は自分がどんな人間なのかということを決めて確認することができて、良かった。また今後もこんな検査をしてみたいと思っただ。	
22	TEGエゴグラムは自分の性格を知るのに役立った。グラフにしてみても改めて自分の長所・短所を知ることができた。最後にやったアサーティブな人、アグレッシブな人、ノン・アサーティブな人を演じる事は同じ状況でも人それぞれ言い方が違うという事を知ることができた。また、どの言い方が相手にとって適切であるかが分かって良かったと思っただ。	なし	なし	

11月29日振り返り感想

No.	面白い、役に立つと思つたこと	難しい、分からないう、役に立たないと思つたこと	その他希望・感想・意見など
1	自分のやる気の高低の原因とその改善方法がグループの仲間と意見を交換することで、明確に理解することができた。	20年後あたりまでのライフプランは概ね考えているが、それ以降のことについては、まだ漠然としており、それを考えることは容易ではなかった。	モチベーションを保つための方法がはつきりと見つけられたことは、自分にとってもプラスになった。この経験を基に、少しでも改善していければ、と思う。
2	グループ活動が楽しかった。知らない人と話すのは緊張したが、次回会うのが楽しみです。	なし	もう少し自己理解を深められるようなことをしたいです。
3	「どうなっていきたいか」ということが、「目標を持つこと」と関係しているというのが、一見関係なさそうなのだが、「やる気」と「落ち込み」について考えることで明確に分かってきました。	ライフプランについてなのですが、私はその時になつて、どう感じるか分からないし、変化のある人生にしたいなという気持ちが大きくて、ほとんど埋められないのでした。やはり今の時点で人生プランというものをきちんと考えておくべきなのではないでしょうか。	普段友人に「こんなこと聞いたら嫌がられるかな？」と思つてしまふことを、このワークショップで、意識の高い子たちに聞くことができるので、非常に良い機会になりました。
4	今まで何十年も先の事を真剣に考えたことがなかったのですが、自分のライフプランを立てていくと、だいたいこんな人生を送りたいと思つているのだということとがわかった。仕事を選ぶ時もこういう事を考慮に入れていきたい。	なし	みんなの仕事に対する考え方を聞いて、いろんな考え方があってのなんだなあと、勉強になりました。
5	グループディスカッションがとても面白かった。1人の話を集中して聞くことで、考え方の違いや同じテーマにしても考え方が違うことがよく分かった。私達はまだまだ将来を夢としかとらえていない、もう少し明確にすべきなのかもしれない、と思いました。	人生を振り返ることも、将来を考えてきても少し反しなかった。あまり考えないで生きてきたんだと少し反省しました。	なし
6	他の人の考え方や意見を聞くのはすごく面白かった。仕事について真剣に他の人と話したのは初めてだった。他の人と話してコミュニケーションすることは自分の考え方に影響するだろうし、刺激になる事になるので、大変よい事だと思った。	自分から人に積極的に話すのが苦手で、説明するのが難しいと思つた。	今回の話し合いは今までの中で一番楽しかった。
7	ワークライフプランのシートで、実際に就職活動が控えているので、自分が将来どのようなことがしたいのかを考え直すきっかけができたのでよかった。	なし	もっと話し合う時間があればいいなと思います。
8	欠席		
9	同じテーマで話し合った時に、似たような意見、違う意見が出て、「なるほどこういう風に思っているんだ」とみんなの個性を感じた。人間考え方はバラバラなんだと、改めて気づいた。仕事について、「好き」なことを仕事に結びつけると難しいこともあるんだ、と話し合っていて思つた。仕事に興味を持ち込まない方がいいんだなあと。	なし	だんだん自分と他人の関係性と仕事とのつながり、というか線のようなものが見えてきた気がする。みんなとの話し合いも活発になってきて、クラス全体が良い雰囲気だと感じる。

10	みんなそれぞれ考えを言い合って、とても楽しかったです。自分と違うタイプの考え方にはとても刺激されたし、同じような考えの人にも安心して色々と話した。将来のライブランも書いてうちに、色々思いついたり整理できました。過去の方も自分の気持ちのパターンが整理されて、少しスッキリしました。人に言われて気づいた事もたくさんありました。	なし	ほぼ初対面なのに話しがととても弾んで、みんな自分の事も他人へのコメントもとても活発に話せて、すごく楽しかったです。
11	話す議題がすごい面白かったです。初めて仕事について真面目に話し合いました。グループで話すのはうまく話せなかったり、つまったりしましたが、みんな話そうとしてくれて、とても有意義なものになりました。	相手の意見を聞いて自分の感想を言ったり、話を展開していくのは難しいと思いました。	自分の今までのグラフを見て発見したことがあり、講師のお話も新鮮で、本当に面白いです。
12	初めてのメンバーでのグループディスカッションはとても新鮮でした。人の話を聞いて初めて気づいたこともあったし、新しい私自身も見えてきました。	時間がもう少し欲しかったです。	
13	ライブラランを考えるのが面白かった。「経験と気持ち」の棚卸をすることで、目標を持つことの大切さを感じた。ライブラランを書き出すことは目標を明確にする上で役に立つと思った。	なし	グループになってみんなで見え交換できてよかった。将来について語ることはすごくやる気に満ちることだと思える。聞き手に回ることでも多かったので、もう少し話せたらよかったと思う。
14	みんなと具体的に将来のことを話せてよかった。今、気になることはやっぱり将来のことなので、迷ったり焦ったり、先が見えない不安を感じるのは自分だけじゃないことを実感できた。	具体的にどう話を進めていくべきなのか、よくわからなかった。	なし
15	グループに別れて他人の考えと自分の違いを知れて面白かった。他人の意見にすごく刺激を受けた。自分を知って他人を知ると、たくさんさんの発見があるなと思った。	将来の自分の姿が想像できなくて難しかった。	今日の活動は友達もできたし、知らない人の中でどれだけ自分を分かってももらえるか、またどれだけ他人を知れるか、新しい試みで面白かった。
16	自分の思いを人に伝えることに楽しさを感じた。こういう真面目な話は普段たまたましかすることがないけれど、こういう場を借りてできることにとても感謝しています。人それぞれ感じ方は違うので、そういう人との意見を交わすことで何か得られると思う。これからの自分にプラスになると思う。	自分の中でいろいろな考えはあるけれどそれを人に伝えるために言葉にするのは難しいことを改めて感じた。	なし

17	自分の過去について、いろいろ話したり、他の人のことをいろいろ聞いたり、普段はそんなことしないので楽しかったです。自分のことを長いこと話す機会がめつたにないです。良い経験にもなりましたし、これからはもっとそうしたことに取り組んでいき、面接の時などに役立てたいし、もっと“自分”をしっかり持とうと思いました。	話したいことがあってもどう表現していいのかが分からない時間がたまにあります。これはきつと日ごろの積み重ねで何とかなると思うので、頑張ります！	なし
18	いろいろな人の意見が聞かれて良かった。考えの幅が広がるし、またその意見を聞いて自分もがんばらなきゃかって思いました。真面目に語る機会って少ないから良かったです。	なし	自分の将来のことを改めて真剣に考えられて良かったです。あと、このセミナーに来るようになってから、だんだん聞き上手になれてきました。
19	自分が将来何をしたいのか考えてみることは楽しかった。(同時に達成できるのか不安だった。)グループでの取り組みはみんなの意見が参考になるのでもいいと思った。	グループの人と話し合ったり、考えて意見を分かち合うのは、ためになるのだから、自分の意見を長く語るのには苦手だなと思った。	「十人十色」と言われるが、やはりそれぞれに価値観があって、似ていたり、共通部分はあるにしても、それぞれ答えは違っていて、楽しかったです。
20	グループで話せたことが面白かった。いろいろな人の話を聞いて、その人のこれまでの人生観が人それぞれで楽しかった。	過去を振り返るのはかんたんだったけど、将来のライフプランを考えるのは難しかった。	初めての人と話すのは苦手な方だけど、こういう話し合いは楽しかったです。
21	今日はグループでいろいろな話し合いをして、いろいろな人のいろいろな意見がきけて、とても参考になりました。また、就職について話していると、自分も頑張ろうという気持ちが強くなりました。	ライフプランを書く時に、私は仕事についてはあまりから書けましたが、ライフパートについてはあまりわからず考えられませんでした。仕事とライフパートをあわせて考えることは少し難しいと思いました。	今度もまたこうしてグループでいろいろな話を聞いて、意見交換がしたいです。いろいろな意見を聞くことと新たな発見もあり、とても楽しいです。
22	グループでの話し合いがとてもためになった。過去の経験や将来の夢について、話し合った時は、色々な意見や考えがあるんだと知った。同じような経験をしていない人もいて、何となく親近感がわいてきた。	なし	なし

12月13日振り返り感想

No.	面白い、役に立つと思つたこと	難しい、分らない、役に立たないと思つたこと	その他希望・感想・意見など
1	自分が抱えている仕事に対する好き嫌いの矛盾などを発見することができた。グループの方々が描いている将来像を皆で語り合うことで、今までの気づかかった自分との価値観の違いを知ることができた。	嫌いな仕事はたくさんあったが、皆の前で発表するという必要があった。	自分が心を開いて、かつ相手を尊重して話しかけると、友好関係を築くことができるということが、改めてわかった。
2	やりたい、やりたくない仕事について考えられたこと。	やりたい仕事を考えるのは難しい（やりたいことがあって、それがどの仕事と結びつくかが）と思った。	人それぞれ意見があり、参考になった。人から聞いた職業について調べたいと思います。最後1回、大切に取組みたいです。
3	欠席		
4	やりたい仕事、やりたくない仕事について話し合ったときにいろいろな職種が出てきました。グループの中で、自分と同じ仕事を挙げている人がいましたが、同じ仕事でもいろいろな見方があるのかもしれない、悪い所、悪い所もあるのかもしれないと思えました。	なし	これから就活をしていく際に、イメージで仕事の幅をせめずに、今日の話し合いを基に、色々な角度から調べてみようと思います。
5	やりたい/やりたくない仕事を話し合ってみて、自分が人とは違う考えをしていることが分かった。他の人は同じ人と接する仕事でも、お客-サービスパーソンだけでなく、私はお客という気持が強いと益と関係なくサービスをしたという気持が強いと思う。そして、夢を話合ってみて、「現実にはぶつかっても夢を持ち続けたい」という言葉にすごく影響されました。今まで聞いたことのある言葉だけで、自分自身は現実を見ようと思いましたが、夢が足りないと少し寂しく思いました。とても楽しくて、あと1回で終わってしまうのがもったいないです。	なし	なし
6	やりたい仕事、やりたくない仕事を挙げていく時、理由が思いつかない職業もあった。イメージだけで判断しているんだと思つた。これから「就活」を進めて行く中では、「イメージ」だけで、考えるのではなく、それに伴った、具体的な体験や実際の話を聞いてから、自分の「やりたい仕事」「やりたくない仕事」を決めていこうと思つた。	「自分の夢」をこれだ！！と言いつけるのはすごく難しい。	人と話し合うことで、新たな視野が広がる。
7	やってみたくない仕事、やりたくない仕事は共通していった。外大のカラーを感じた。自分の幼い頃からやりたかった仕事以外にも目を向けることができ、視野が広がった。	やりたくない仕事とは興味がないか嫌いと思つている事だと私は解釈したので、興味のない仕事を書き出すことは難しいなと思つた。	お互いに他人の意見を聞き、話を発展させることができただけ良かったと思う。

8	グループにフライトアテンダントになりたいという理由で、「大変な仕事だから」という意見があり、私は「大変な仕事だから」フライトアテンダントの夢を諦めたので、そんな考え方もあるんだなあと思いました。	今日は特になかったです。	やりたくない仕事っていろいろのが、グループの子がほとんど一致していて、皆考えることは一緒なんだなあと思う。そして「皆がやりたくないと思ってる仕事」に就職する率が高いが、それは皆妥協しているのかなあと思った。
9	いつも同じ仲間と同じようなことしか話さないのに、あまり互いをよく知らない者同士で仕事について、夢について、大切にしたいこと、など話せて、すごく刺激を受けた。価値観が同じような人とはわかりかたまっているので、普段考えないような考え、意見が聞けて「今日から自分はこうしよう」と新たなモットーができた。	発表することが下手だと気づいた。意外にあがってしまい、うまく言葉が出なかつた。恥ずかしかつた...	来週で終わってしまふと思ふと残念。こうやってだけかと話せる機会がもつと欲しい。
10	やりたい仕事、やりたくない仕事について、色々な視点から見たその理由などを聞けて、「そういう考え方もあるんだな」と興味深かつたです。自分の気持ちも少し整理できたように思ひます。	「大切にしたいこと」「私の夢」は、いろいろあります。ぎてむしろ難しかつたです。	みんなで普段はあまりしないような意見交換をできるのは、とても楽しいです。
11	やりたい仕事や、やりたくない仕事を人と比較して、自分が興味ない仕事でも、面白そうなる部分を見つけた。	自分の大切なモノを話す時、とてももつた。本当に大切なモノを自分はやっぱり持っているから重要視してないのではないかと思つた。	人前で発表して改めて、伝えたいことをもつと明確に伝えられるように練習しないといけないと思ひました。
12	今までやりたいorやりたくない仕事に対してボンヤリしたイメージでしかなかつたけど、より明確に把握することができた。私がやりたいと思つた仕事でも他の人はやりたくないと思つていたり、価値観の違いが分かつたよかつたです。	「夢」と聞くとうしろでも仕事に結び付けてしまふのですが、実際どうなんだろうと思ひました。	普段話さない話題を話したり、いつも一緒にいる友達とはちがう雰囲気の中での話し合いはとても参考になつります。なんだか視野が広がつたよあな気がします。
13	やってみたい仕事、やってみたくない仕事について話し合つていた時にみんな同じ様に、人と接すること、好きで自分が好きなことを仕事にしたいと考えていると分かつた。でも他のグループの意見を聞いてみて、同じ職業でもいろいろな見方ができることに気がかされた。たとえば、私はお金を扱つたり子スクワークが苦手だから、銀行員は嫌つて考へてたけど、見方を変へた「定時に終われる仕事だからやってみたい」つて人もいることが分かつた。	大切にしたいことつていうのはなかなか難しかつた。結局は夢を大切にしたいと思つた。	なし
14	欠席		

15	やりたいこと、やりたい仕事で皆と同じ仕事だったとしても、その理由が違うのがおもしろいと思った。一人一人意見があって、それを聞く機会があった。これからは役立ちそうだと思う。自分の意見を言うだけでなく人の意見を聞く大切さを知った。	自分の夢があまりに漠然としてるし、身近なことは現実的で、考えるのが難しかった。やりたいことを一つ、小さなことからでも見つけてみようと思った。	また皆で話し合う機会があったらいいと思う。
16	いろんな考えを持った、違った考えを持つ人の話も聞いてよかった。やっぱり自分は人と接する仕事をしたいんだなあと思った。	なし	「夢」とか「大切にしたいもの」について話始めたらキリがない！もともともしゃべりたい、しゃべりたいと思っただけで、人それぞれ考え方は違うけど、今の自分の気持ちに素直に行こうと思う。
17	やってみたい仕事や、やりたい仕事とかは今ままでずっと自分の中だけで思っていたので、他の人の意見をいろいろと聞かせてもらって、視野が広がりました。自分がやりたいことでも、ある人はもちろんやりたいと思わないと思うけど、単純にやりたいと思ってるだけじゃなくて、欠点もしっかり知っておくべきだと思います。	普段、自分が大切にしたいことなど言ったりしないので、はじめ、少し難しいと思いました。	今日は、新しい環境でいろいろ経験を積み、チャレンジしていくことが大切であることを学びました。
18	みんながやりたい仕事に似ていて、でも嫌いな仕事は共通部分も多かったけど似てなくて、面白いと思いません。仕事って一言で言ってもいろいろあって、人の意見を聞けるのはとても楽しいです。あと“夢”を語る時に、今の自分についても振り返ればよかった。	なし	夢を語るコトで、今、自分が本当に何をすべきかが分かった。夢について、将来ずっと先から現在までいろいろあって、いろいろ考えました。
19	やりたい仕事、やりたい方向が分かるといいんですけど、自分の分からはなかなかならなくて勉強になりました。こんな事もあるんだなって勉強になりました。	漠然と「大切にしたいこと」は？とか、「夢」は？という質問はすごく難しく考えさせられた。けど、こういう事を考える時間も大切だなと思った。	今はあいまいであったり、あこがれだけで動いているような自分の「夢」もいつか実現できればいいなと思いました。
20	やりたい仕事、やりたい方向が分かるといいんですけど、自分の分からはなかなかならなくて勉強になりました。こんな事もあるんだなって勉強になりました。	自分の夢なのに、自分自身よく分かっているのに、考えるのが難しかった。	今日は、今までで一番話し合いがおもしろくて、自分への参考にしたいと思った。
21	グループでの話し合いではいろいろな人の意見が聞けて参考にもなったし、とてもおもしろかったです。特にやりたい仕事、やりたい仕事については人それぞれ違った考えがうんだと思います。	「大切にしたいこと」と言われるとすぐには思いつきませんでした。きつとたくさんありすぎるので、いざ聞かれると答えるのが難しいなと思いました。	残りの1回もグループでの話し合いをしたいです。いろいろな人の意見を聞く視野が広がる気がしました。
22	グループで話し合いをして、いろいろな人の考えを知ることができて楽しかった。グループの中で同じような意見を持っている人が結構いて、話しやすかった。	「私が大切にしたいこと」は、なかなか答えが出てこなかった。	「私が大切にしたいこと」と改めて聞かれると答えが出てこなかった。これから少しずつ、こういう事を考えていこうと思う。

12月20日振り返り感想

No.		今回の講座全般についての感想・意見	若年者支援についての要望・意見など	講座実施支援者へのメッセージ
1	欠席			
2	自己理解は自分自身でやらなければならないと思いますが、いろいろな方法で自分自身と向き合おうと試みましたが、いろいろ良かったです。またやろうと思うだけでできませんでしたが、いい機会でした。	このようなセミナーは実践的でいいと思います。また1〜3回生と混同して良かったです。私は3回生でしたが、1〜2回生の意見もとても参考になりました。人の話を聞くこと、具体的な考えや計画があることを知りました。	5回にわたり本当にありがとうございました。今までの自分を振り返り、自分自身気づかなかつた変化を知りました。これから社会で、また社会に出るまでに学んだ知識を活かし、キャリアアについて真剣に考えたいです。	
3	一人の社会人になる身として、就職活動に対する意欲を、実際の人達はどう行動しているのか、不安でした。この講座でその不安は皆同じようにそれぞれ悩んでいるのだな、という安心へ変わりました。また、知らない人たちの中で、個性を出せる自分にも気づかしました。(自信がきました!) 目の将来にしか気がいかなくなりました。だんだん会社に入ってからしてみたいことが分かってきました。人のありがたみも再認識できました!	今回は大学内での講座だったため、似たような興味を持った人間同士の話し合いで、意見も受け入れやすかったけれど、フリーターの人たちは、生活・考え方も私たちのメンバー以上に、バラエティーにとんでいと思うので、皆が他者を理解しやすい環境づくりにしてみたらよいと思います。	本当に多くの人々の力を借りて、こんなに自分への理解を深め、就職に前向きに立ち向かう意欲がわきました。どうもありがとうございます!! 皆様のお力を無駄にすることなく、自分が満足のいく人生を歩めるよう努力します。優しく接して下さってありがとうございます☆	
4	このワークショップに参加して、自分がどのようなキャリアイメージを持っているかを、文を書いたり、口に出して発表したりすることで知ることができました。また、他の人の将来に対するイメージや仕事に対する価値観も知ることができたので、その点も参考にしながら自分の将来のキャリアイメージを作っていくしたいと思います。あと、この講座を通じて友人ができたのも良かったです。	このような講座は将来に悩む人たちにとって、自分の将来を考える第一歩になるとても良いものだと思います。これからもこのような支援を続けていって、みんなが働きたいという意志を持ってたらいいいと思います。	今回はこの講座を通じてたくさんのお話を聞きました。ありがとうございます。	
5	欠席			
6	自分と同じ価値観を持っている人がいて嬉しかった。また、みんなにほめられるという経験ははじめてで、周りから温かい言葉をかけて、喜ばせてあげられる人になりたいと思う。今日、たてた行動目標をしっかりと守っていきけるように頑張りたい。自分の目標について、みんなの前で発表するのは、少し気が引ける感じもしますが、改めて自分の目標がみえてきて、頑張ろうという気持ちになりました。	自分と同じ価値観の人と話すことと安心する。また逆に、違ふ価値観の人がいると発見がある。私達の日常では、一つのテーマについて、みんなが熱く語り、話し合う事はあまりない。こうゆう人との話し合いを積極的にやる機会を多く作り、コミュニケーションを積極的に取る場をどんどん増やしてほしい。	今回の講座では、初めての事も多く、できるかどうか心配する事もあったけど、有意義な時間を過ごす事ができた。最後の講座で立てた行動目標を実行して、実現させることができよう頑張ります。今回はこのように貴重な講座を実施して頂きましてありがとうございます。	
7	自分で思っていただけの事を口に出して言う事で実感がわいてきてとてもよい機会に恵まれたと思います。同世代の人たちの考えや意見が聞けること、色々と考えているのだからいいです。	色々な年代、キャリアの人々と話し合う機会がほしいと思います。企業説明会などでは、立場が対等ではないので学生が本場に聞きたい本音が分かりません。	お忙しい中、時間をさいていただいたありがとうございます。自分についてを人前で話す機会があまりないもので、とてもよい経験になったと思います。これからもこのような活動に参加したいと思えます。	

8	<p>人前で自分の意見を言ったり、討論したりする機会がなかった。とてもいい機会でした。人の意見もじっくり聞けてとてもよかったです。</p>	<p>こういう色々な人と接する機会をもっと増やして欲しいです。心理テストみたいなやつがとも楽しかったです。</p>	<p>自分の意見を言いやすい穏やかな環境を作ってくれた。先生方も、カウセンサーのおかげだった。短い時間でも、とても楽しい、素晴らしい時間でした。ありがとうございます。</p>
9	<p>機会がなければ、こんなに時間をかけて「自分探し」はできなかつた。知っているような、あまのり自分分を知らなかつた。いつもは気の合う仲間とばかり一緒にいて、こんなにも価値観も考え方も違ってた。将来や仕事など、内容の濃い話をしたことがなかった。同じ大学の中にも、それぞれの夢など、話している目標にしていく。でも、みんな就職で悩んでいたり、共通の悩みがあった。私だけじゃなく、という気持ちになれた。たし、一緒にがんばろう、という気持ちになれた。</p>	<p>参加するまでのキツカケが大事だと思つた。私の周囲にもこの講座が行われていることを知つていた人はいない。参加しようとしていない。かと思つてしまつた。さういふ「自分には関係ない」とか思つてしまつていふのだから、経験者が積極的に講座をPRすればいいのではなからうか。</p>	<p>今の若年者が元気でいることが、今後の日本の安定につながると思ふ。先生方がこうして講座を開き、私を含めた若年者を前向きにさせてくれることは、すごく重要なことだ。今回の機会を与えてくれたことに感謝していただきます。ありがとうございます。</p>
10	<p>楽しかつたです！なかなかに思ひなかつたり、うまに説明できず、もどかしい事もありました。一般的な書に書く事・言う事で、気持ちもまとまつたり、気づきなかつた。自分に気づく事もありました。人の意見を聞いて「なるほど」と思ふ事もたくさんあり、刺激になりました。今回のメンバ―も皆さんとてもいい方になりました。仲良くなり嬉しく思ひました。今回やりました。しっかりと生かしていきたいと思ひます。口だけじゃなく、しっかりと役立てていきます。</p>	<p>とても良い講座だと思ひます。ためになりました。しかし、これを私たち20数名しか受講できなかったのは、申し訳ないと思ひました。こういうのはきちんと情報をつエックしてないと思ひます。それこそ自己責任しか参加してないと思ひます。それが受けたいと思ひます。</p>	<p>本当にありがとうございます。毎回おっしゃる内容や優しさに感動しています。大学に入ってから、精神面で教えられる事は少ないので、嬉しかったです。今日の最後の「人にプラスのメッセージを」というのが気に入りました。</p>
11	<ul style="list-style-type: none"> ・人の意見をたくさん聞けてよかつたです。 ・今まで自分が言葉に出さなかつた事を発言したり、奥深く考えられて、考えが豊かになりました。 ・自分の夢を叶える為に努力を怠つてはダメだなと思ひました。 ・人に自分の意見が上手に伝わるように、表現力を磨きたいと思ひました。 	<p>違う大学の人や、様々な仕事の関係者からの話をもつと聞きたいです。</p>	<p>話を真剣に聞いてくれて、すごい発言しやすかつたです。丁寧な言葉づかいに心づかい、どうもありがとうございます。</p>
12	<p>普段なんとなく頭の中で考えていることを、今回の講座で言葉にして表すことにより、より明確に私の目指すものがはっきり分かりました。講座の内容以外でも、人の話を聞くことの大切さや、他の人の考えを聞くことができて、とても将来に役立って行くだろうと思ひました。</p>	<p>フリーターやニートの方と話す機会があれば、是非参加したいし、一緒に何かのボランティアみたいな企画があればいいと思ひます。</p>	<p>今回の講座、受けて良かったです。また違う内容での講座があればいいと思ひます。人前で自分の思ひを話すことを話すというのがとてもためになりました。ありがとうございます。</p>

<p>13 短大生の子や、スペイン語学科の子、3回生の子など普段話す機会のない子たちと話し合いができて、いろんな意見が聞けて良かったです。自己分析を進めていく中で、自分自身を理解できて、気づく事がたくさんありました。自分の夢について、実際に口に出して誰かに聞いてもらったり、また相手の夢について聞くことはすごくやる気につながると思いました。</p>	<p>意見交換ができる場を増やしたらいいいと思います。</p>	<p>最初はやってみようかなってという軽い気持ちでしたが、今、振り返るとあつとあつという間の5回で、もともとたくさん話し合いを続けたというくらい楽しかったです。これから就活などに役立てたいと思います。ありがとうございました。</p>
<p>14 みんなの意見を聞いたことが一番興味深かった。しっかりしている人も多くて楽しかった。</p>	<p>今の若者はアメリカの文化を多く受けて育ってきたので、どうしても年長の人達と考えや感覚が合わないと感じていると思う。(例えば私なら仕事にあまり多くの時間をささげ、上司から頼まれるだけ、現実も残業も多すぎ、上から頼まれると断ると受け入れて育った者が、日本文化のままの社会で、どう順応してあげたいのか、戸惑っているのをうまく導いてくれたら、とても助かると思う。</p>	<p>うまくみんなの気持ちを理解したり、長所を取り上げてくれたりして、私たちのやる気を倍増させてくれました。だからこそ、素直に考えて取り組めたいと思います。ありがとうございます。</p>
<p>15 講座に参加して本当に良かった。私は今まで自分の意見を大切にしようと思っていたけど、グループ活動で他人の意見を大切にしようと思っていた人もいて、一人一人の考え方の違い、そして経験から学んだこと、そしてこれからのために頑張っていることなど話し合おうのはとても有意義だった。小さなことでも将来のためにニコニコ頑張ろうと思った。</p>	<p>フリーターの人と話したことがないので、様々な職種の人の話を聞きたいと思った。</p>	<p>5回もの講座を実現して下さって本当にありがとうございます。たくさん考えたこと、参考になった意見、そして将来のことを真剣に考えている人達と話せたのは本当に良い経験になりました。これから、自分のやりたいことなどを見つけて、今回の経験をいかしていいこうと思います。頑張ります。</p>
<p>16 1回目の講座に参加する前はもっと力不足で、多少緊張してしまっていた。しかし、実際に参加してみると講師の方はとても話しやすくて、やさしい方で、内容も簡単で楽しめないから行うことができた。友人も増え、普段でできないような真面目な話をみんなのでできたことを嬉しく思っています。</p>	<p>今回このような講座を開いて頂いて、本当に感謝しています。会社が欲しがっている人材、そのために学生の私達が今できることを考えるきっかけをもっと作って頂きたいです。</p>	<p>誠にありがとうございます。今日でこれを終わらすのではなく、今日をスタートに、これからは「本当の自分」を見つめて、常に上を目指して頑張ってください。またこのように参加させておいてくださる方々がいるので、今後は生活していくことができたいと思います。</p>
<p>17 自分のこと、他の人のことを聞いたり話したりできたのはすごくいいので、私がこれから就職活動をしていくときに、生き生きと前を向いて、大切な経験になったと思います。参加する前に比べて、自分に自信がつかまりました。</p>	<p>自分だけの力では何もできないに等しい私たちに支援してください。</p>	<p>いろんな人の前で、自分のことを伝え、聞いてくれる人が必ずいる、という実感を与えてくれて、本当にありがとうございます。こうして、支援してくれている方々がいるので、今後は生活していくことができたいと思います。</p>
<p>18 すごいおもしろかったし、自分の事についてこんな真剣に考えたことがなかったの、とても良い勉強になりました。自分の悪い部分ばかりみられるんじゃないかと、今から自分がかえたり、すごい前向きになれる。いろんな人の意見も聞け、すごい視野も広がりました。</p>	<p>もっといろんな人にぜひ話して欲しい。私はこの講座に来たのが実際に楽しかったので、もっと幅広い年齢でやってみようという意見が聞かれておもしろいのではないかと思います。</p>	<p>ぜひ、ここだけでなく、いろんな学生や社会人のみなさんにやってみてほしいと思います。本当にありがとうございます。自分のことを見えてきた気がします。これからもここで学んだことを忘れず、心においてやってきたいです。</p>

19	1ヶ月という期間には長いように思ってたけど、毎 回充実した時間があった。すごく有意義な時間だ わらなりました。すごく有意義な時間だったです。 わからない人の意見なども聞けて良かったです。	現代の若者もまだまだやれます！！	就活するにあたって、まずは自己理解から。よく聞く 言葉ですが、実際何から始めればいいのか、手つかず な状態でした。だから、私にとってはすごく有益だっ たと思います。ありがとうございます。
20	自分の事をどう考えて理解すればよいか、分からな かったけど、みんなの意見を聞きながら、前より自分 というものを考えやすくなった気がする。	これから社会に出ようと頑張っている人は、期待とか より、不安とか心配とかの方がたくさんある人多 くいると思うので、励ましてあげてほしいです。	自分だけでなく、いろいろな人の意見を聞けてとても 参考になったと思います。この講座を支援していただ いて、ありがとうございます。
21	初めは堅苦しいものかと思っただけで、実際 が始まってみるとそうではない。楽しんで参加すること ができた。そして参加していた人たちはみんな しつかりとした考えを持っていて、良い刺激にな りました。	この講座はとても良い刺激になると思うので、 いろんな所を開いてほしいと思います。 どういった講座はとも良い刺激になると思いま す。	いろいろと支援してくださってありがとうございます。 この講座で学んだことを無駄にしないようこれか らがんばろうと思います。
22	この講座に参加するまでは、あまり就職や将来につい て話し合う機会がなかった。この経験は自分 にとってとても貴重なものとなりました。	このような講座は学生以外の人（フリーターなど）に も、とても良い経験になると思うので、ぜひ色んなと ころで開催してください。	初めはこういう事をするのが不安でしたが、回を重ね るごとに慣れて楽しく受講できました。指導してくだ さった先生方には、色々な事を教えて頂き、ありがと うございます。あと、毎回メールで連絡をして下 さったキヤリアセンターの先生、ありがとうございます。

大学担当者側からの意見

1. 外部キャリア・コンサルタントに依頼して良かった点

大学での就職を中心とした学生支援・指導は、学内スケジュールや対象の学生数の多さ等のため、即席的、目的的、講演的方法で実施せざるを得ない状況である。

また、学生も深く自己を見つめる、自己のあり方を考えることは少なく、我々への相談も即席的、目的的な内容である。

外部キャリア・コンサルタントに依頼した今回の事例では、学生の支援部門ではなかなか実施できない、主に学生間での話し合いによる、キャリア形成にとって根本的な、より深い自己の認識、認識の必要性を学生に考えてもらえたのではないかと考える。

2. 今後、外部キャリア・コンサルタントに要望したい点

今回実施した内容は少人数でしか実施は不可能と考える。より多くの学生、学生全員がこうした機会を得られるような手法の開発、国の制度として教科への組み入れの検討・働きかけを、お願いしたい。

3. その他自由感想

外部キャリア・コンサルタントには遅くまで対応いただき、大変ありがたかった。学生間の話し合いによる自己の認識など外部キャリア・コンサルタント実施手法も、今後の我々の指導の中に少しでも取り入れられないかと考えた。

キャリア・ワークショップ ガイダンス

1. 「キャリア」って何？

◎ 「キャリア＝仕事人生」

「仕事」とは何だろう？

◎ 「外的キャリア」と「内的キャリア」

外的キャリア：「役割」

職業・能力・役職・組織名など

内的キャリア：「価値」「感覚」「スキル」

性格・能力・価値観・興味・関心など

2. 「キャリアワークショップ」の目的

1) まず「自分」のことを自分できちんと理解する

2) 「未来」は「今」の積み重ね

3) 「社会（他の人）」と「自分」の関わりを理解する

4) 「わかる」から「できる」「行動する」へ

ワーク2 「経験」と「気持ち」の棚卸

自分のこれまでを振り返って、気持ちの動きを波線で書いてください。

	幼稚園まで	小学校時代	中学校時代	高校時代	短大・大学
(+) やる気满满					
普通					↑
(-) 落ち込み					

出来事 (やる気 落ち込み の素) ◎楽しかった、 辛かった、やり がいを感じた 等					
---	--	--	--	--	--

2004.12.13

ワーク1

前回（11月29日の話し合い～私にとって仕事とは～）の結果を振り返りながら、今自分がやってみたい仕事、やりたくない仕事について、整理してみましよう。仕事は具体的な職業・職種名でも、「こんなことをする仕事」でも、表現は自由です。「理由」については、できる限り詳しく書いてみてください。

やってみたい仕事	やってみたい理由

やりたくない仕事	やりたくないってみたい理由