チーム学習型キャリア教育ワークブック

やる気の根っこ

未定稿・禁転載

財団法人専修学校教育振興会

未定稿・禁転載

氏 名 _____

はじめに

誰でも“幸せ”な人生を送りたいと願う気持ちは同じでしょうし、その“幸せ”には人それぞれの様々な形があるでしょう。例えば、恋愛や人や物に恵まれ、スポーツや趣味に夢中になることを幸せと思う方もいるでしょう。あるいは、有償・無償の仕事や役割を持ち、自分らしくあることを幸せと思う人もいるでしょう。このように人の“幸せ”は人それぞれです。そして、“キャリア”も「学歴」や「資格」、「仕事」や「就職」のことだけを表すものではなく、人それぞれの人生そのものであり、それ自体に上下や良い悪いはないのです。

またキャリアとは、**「これまで歩んできた人生であり、現在そして、これからの人生」**のことなのです。

私たちは、このテキストを通じて、皆さんがこれから幸せな人生を送る（幸せなキャリアを形成する）ために、キャリアをどのように考え、自分自身のキャリアを自ら選択・決定していくために、どのように行動すれば良いのかを“チームの力”を通じて気づき学ぶことを目標に、次のようなステップで学習を進められるようこのテキストを編集しました。

1. ワークシートを使ったセルフワーク　（自分自身で考えを深める作業）
2. ワークシートを使ったチーム学習　（互いに気づき、学び合う）
3. リフレクション　（振り返って、学びの整理と次への課題確認）

皆さんは、それぞれのステップで、自分の意見や考えを伝えることとともに、相手の話を素直に聴くことで、“自分にあって他の人にないもの、あるいはその逆”に気づくと思います。そして、ひとりでは、達成することのできないことを可能にする“チームの力”の大きさにも気づいていただけると思います。

未定稿・禁転載

理屈では分かっていても人は行動がなかなか伴わないものですが、“チームの力” を借りることで、モチベーション（動機付け）や、納得してやり通すという意志・意欲を自らがコントロールできるような“やる気の根っこ”を作りましょう。

平成22年4月
財団法人専修学校教育振興会
キャリア教育教材開発委員会

INDEX

第1章　チーム作業を進めるためのヒント

P2～5

第2章　自己理解

第1節　過去を振り返ろう！　P6～9
第2節　自分を知る手がかり　P10～13
第3節　私の大切なもの探し　P14～15
第4節　私ってどんな人？　P16～18
第5節　なぜ働くの？　P19～23

第3章　仕事理解を理解する

第1節　地図を作ってみよう！　P24～25
第2節　ケーススタディで学ぶ実際の仕事　P26～32
第3節　インタビューしてみよう！　P33

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう！　P34～42
第2節　未来カード　P43～45
第3節　背中にエール　P46

参考資料　P47～69

未定稿・禁転載

楽しくワークをするために♪

これからのワークを楽しく有効にするために、
この時間が全員にとって安全で楽しい時間になるよう、
お互い以下の約束を守って協力しましょう！

○ 積極的に、楽しみながら参加しましょう。
せっかくの時間です。いつもとは違う自分のスイッチを入れてEnjoyしましょう。

○ 勇気を持って自分の意見を言い、またメンバーの意見は受け止めましょう。
自分の考えと違っていても、否定したり非難したりはしません。

○ 話す順序は、なるべくチームの中で話したいと思う人からにしましょう。
強制したりするのはなるべく避け、でも限られた時間を有効に利用するよう
お互いに協力しましょう。

○ 聞いたり知ったりした情報は、この授業の中だけの宝物にしましょう。
教室の外で話題にしたり、他の人に話したりするのは禁止です。

○ 感心したり、いいなぁと思ったりした言葉は、自分のこれからの成長のために
書き留めましょう。
プライバシーにかかわる具体的な話の内容を広げるのは禁止です。

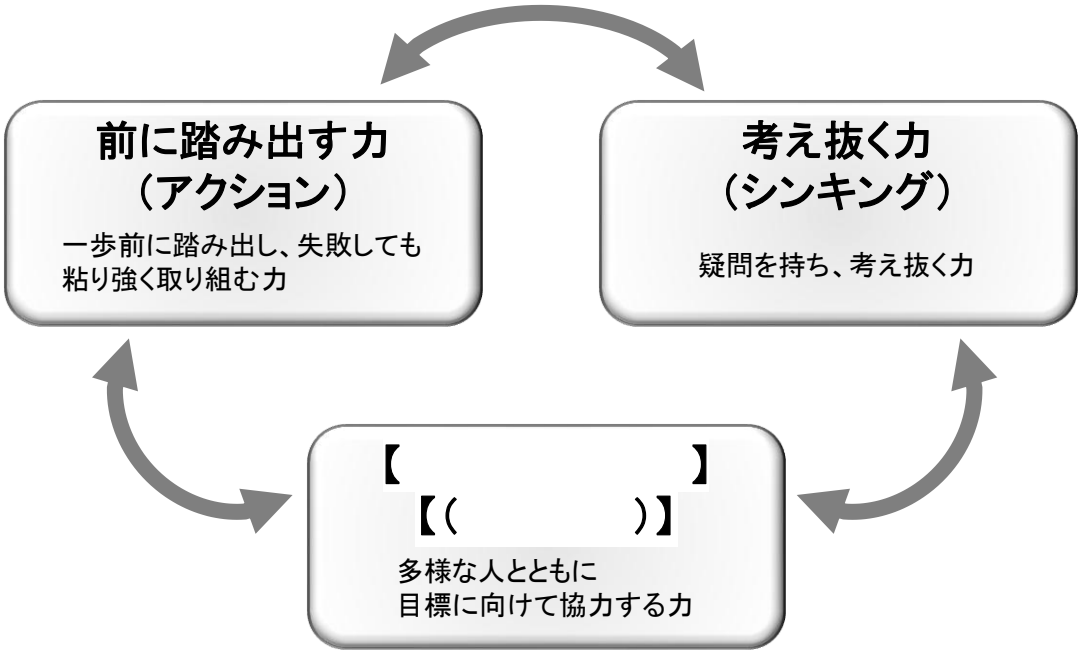
未定稿　禁転載

これ以外に、なにか約束があれば皆さんで話し合い、下に記入しましょう！

第1章　チーム作業を進めるためのヒント

1. 3つの能力と12の要素

■経済産業省【　　】



未定稿・禁転載

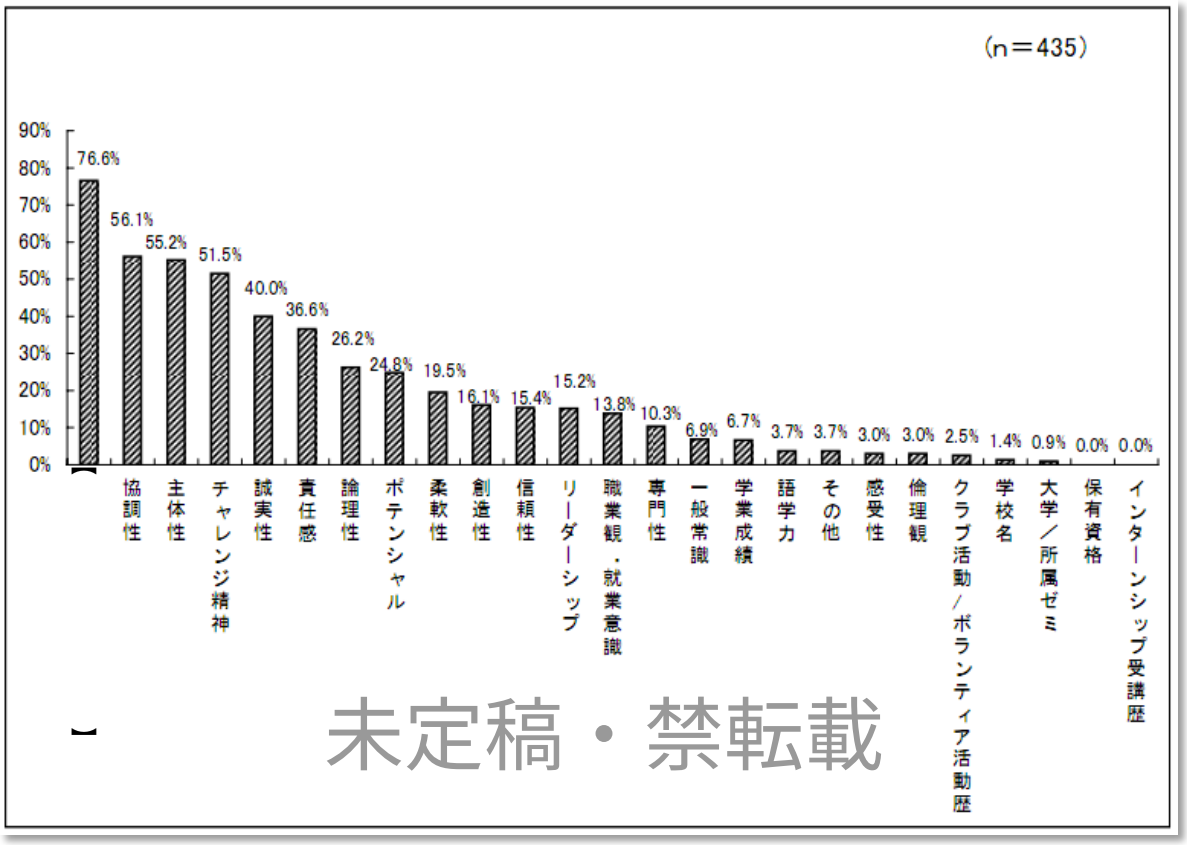
前に踏み出す力	主体性	物事に進んで取り組む力
	働きかけ力	他人に働きかけ巻き込む力
	実行力	目的を設定し、確実に行動する力
考え抜く力	課題発見力	現状を分析し目的や課題を明らかにする力
	計画力	課題の解決に向けたプロセスを明らかにし準備する力
	創造力	新しい価値を生み出す力
【　　】	発信力	自分の意見をわかりやすく伝える力
	傾聴力	相手の意見を丁寧に聴く力
	柔軟性	意見の違いや立場の違いを理解する力
	情況把握力	自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力
	規律性	社会のルールや人との約束を守る力
	ストレスコントロール力	ストレスの発生源に対応する力

経済産業省ホームページより

第1章　チーム作業を進めるためのヒント

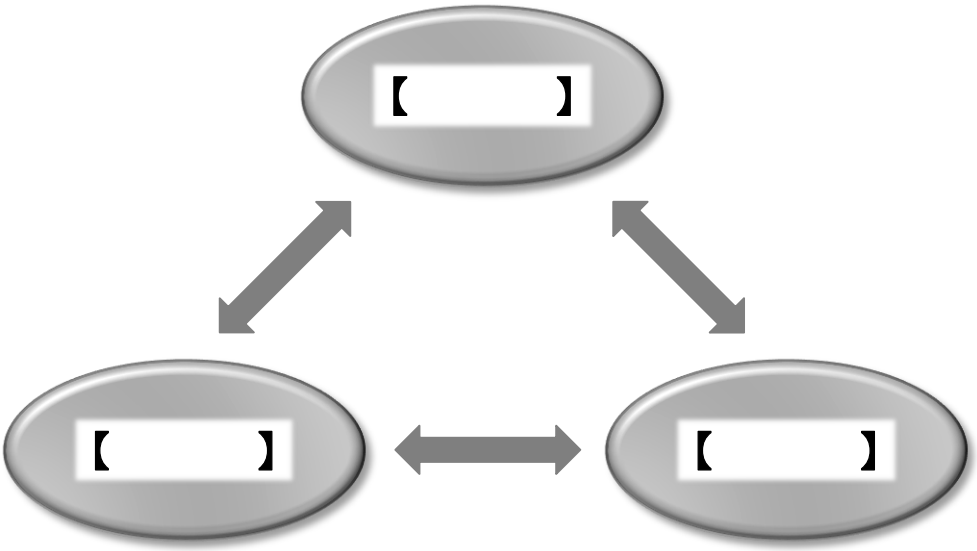
2. 新卒採用で求められる能力

■選考にあたっての重視点（複数回答）



日本経済団体連合会　2008年度・新卒採用に関するアンケート調査

3. 話し合いの意義



第1章　チーム作業を進めるためのヒント

4. チーム力を高めるための鉄則

その1　：【 ①　　】と【 ②　　】に切り分ける

→仕切り係は【 ①　　】に集中する

【 ①　　】：進め方、ムード、働きかけ

【 ②　　】：話の内容、情報、知識、経験←参加者

その2　：【　　】を主役にする／【　　】な立場

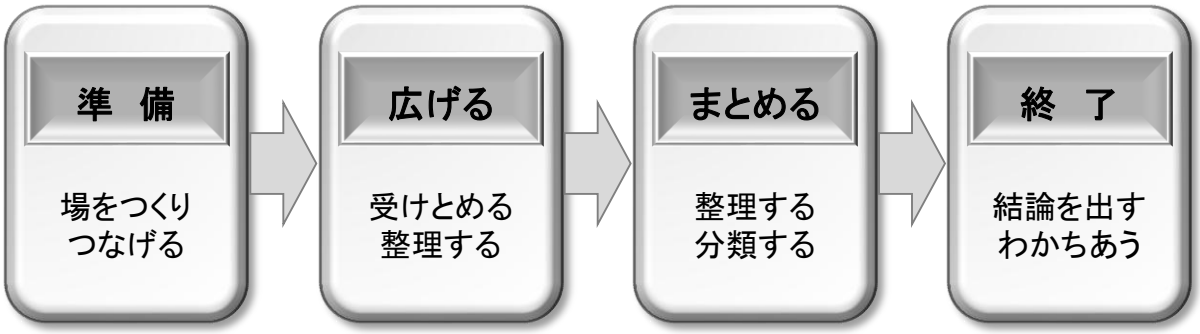
・自分で「気づいた」「解決した」「決定した」という気持ちに→自己決定感の大切さ

・発言していない人がいないかの気配り→参加者意識を高める

※誰かに肩入れをするのはNG→【　　】な立場

未定稿・禁転載

5.【①　　】の鉄則：話し合いの進め方



■仕切り係以外の役割

【　　】：**時間管理**

【　　】：**わかりやすく紙やボードに記録していく**

第1章　チーム作業を進めるためのヒント

6. ファシリテーション／ファシリテーター

企業内の【　　】などで、

【　　】したり、【　　】したり、

参加者の【　　】を確認したりする行為で介入し、

相互理解を促進し、合意形成へ導き、

組織を【　　】（協働を促進）させる手法・技術・行為の総称。

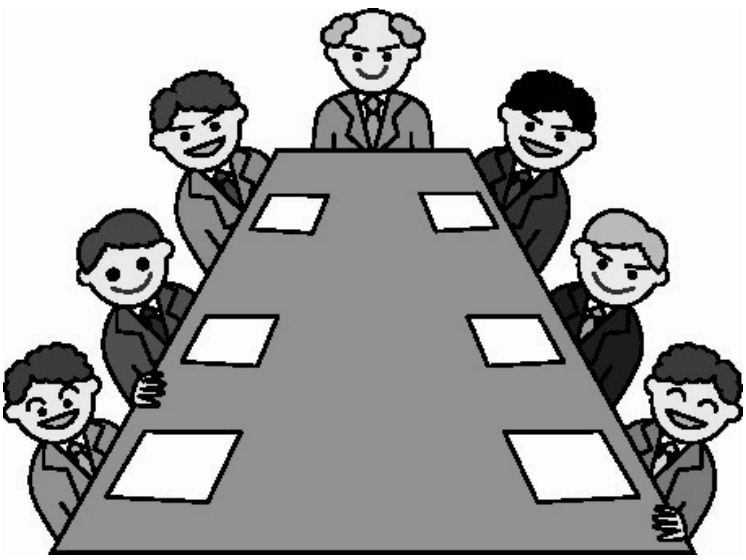
話し合いの意義は、【　　】と【　　】と【　　】

鉄則

その1　「プロセスとコンテンツ」を分ける　→　ファシリテーターは【　　】を！

その2　話し合いの主役は【　　】ファシリテーターは常に公平な立場で！

未定稿・禁転載



第2章　自己理解

第1節　過去を振り返ろう！

1. K君のお話から

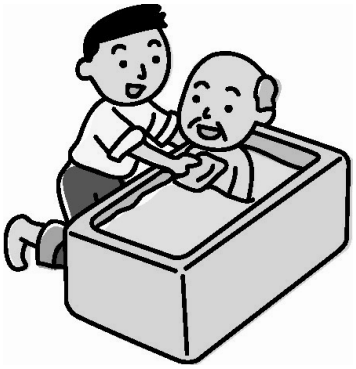
■各自読んでみましょう

K君は、理学療法士を目指していましたが、2年連続で不合格となり、仕方なく、何となく、社会福祉学科に入学をしてきました。しかし、どの授業にも興味を持てず、授業に出ても、ただ座っているだけだった・・とK君も、当時の彼を知る先生方も言います。

この学科は、国家試験受験のためにたくさんの現場実習がカリキュラムに入っています。入学して2ヶ月後、初めての実習先は高齢者施設でした。介護の助手として、食事の介助やおむつの交換が主な実習内容でした。福祉の仕事を志して入学してきた学生にとっても、初めての実習は、思いと現実のギャップに直面する経験でもあります。それだけに、K君にとっては、とんでもなくつらい体験でした。まず、消毒液の臭いがつらかった、そして排泄介助もつらかったと言います。「俺が目指してたのは、理学療法士なんだよ。なんで俺は、こんなところでおむつ換えてんだよ。」 と心の中でつぶやく毎日だったそうです。「もう実習やめさせてもらおう・・」と思い始めていたときに、入居者のTさんから、「ありがとな・・」と声をかけられたのだそうです。「えっ？俺？」こんなにイヤイヤ実習やってるのに、そんな自分に「ありがとう」と言ってくれる人がいるということに、ほんとうに驚いて、そして、ほんとうにうれしかったと言います。初めて、自分が誰かの役に立てた喜びを味わうことができて、自分が求めていたのは、この喜びだったのだと気づいたと言います。

K君は、その後、社会福祉士の国家資格を取り、今も、デイサービスでソーシャルワーカーとして働き続けています。

未定稿・禁転載



第2章　自己理解

第1節　過去を振り返ろう！

2. K君のお話から　～ワークシート～

■K君が進路を決めた理由は何だったと思いますか？

■K君はTさんの言葉で、気持ちに変化が生まれました。K君はどんなことに気づいたと思いますか？

未定稿・禁転載

■あなたが専攻を決めた理由は何でしたか？

■チームのメンバーはどんな理由で専攻を決めていましたか？気づいたことを書いてみましょう。

第2章　自己理解

第1節　過去を振り返ろう！

3. 仕事の根っこ(人生の根っこ)

小学校入学時あたりから現在に至るまでの出来事（ライフ・イベント）を記入し、そのときの自分の気持ちの振れをプラス（＋）マイナス（－）の程度で置き、一本の線（ライフ・ライン）として完成させましょう。

年齢	その時の出来事	⊖ ← 気持ちの振れ → ⊕

未定稿・禁転載

■記入後の感想

チーム全員の記入が終わったら、一人ずつメンバーに対してストーリー立てて紹介します。

第2章　自己理解

第1節　過去を振り返ろう！

4. 私が燃えるわけは？

①「仕事の根っこ（人生の根っこ）」で記入したこれまでの出来事（ライフ・イベント）を振り返りながら、特にプラス（＋）を参考に一番燃えてた（ヤッターと感じた）のは、いつ頃で、どんなことをしていた時、どんな風に思ったり感じたり考えたのでしょう。またどうして燃えたのでしょうか。

いつ頃	どんなことをしていた
	思ったこと、感じたこと、考えたこと
	どうして燃えたのか

②「仕事の根っこ（人生の根っこ）」で記入したこれまでの出来事（ライフ・イベント）を振り返りながら、特にマイナス（—）を参考に一番イヤだった（落ち込んだ）のは、いつ頃で、どんなことをしていた時、どんな風に思ったり感じたり考えたのでしょう。またどうして燃えなかったのでしょうか。

未定稿・禁転載

いつ頃	どんなことをしていた
	思ったこと、感じたこと、考えたこと
	どうして燃えなかったのか

③「燃える」ためになくてはならない条件と、あってはならない条件を箇条書きに書き出しましょう。

必要な条件	あってはならない条件
○	○
○	○
○	○
○	○
○	○

第2章　自己理解

第2節　自分を知る手がかり

□ 私の「心の四つの窓」

あなたは自分にどんなイメージを持っていますか？明るい、前向き、消極的、人見知り・・・こういう自分のイメージを自画像と呼んでいます。では、周囲に映っている姿（他画像と呼んでいます）はどうでしょうか？ワークを通して、自分を知る手がかりを見つけましょう。

STEP 1

- ○ 参考資料のカード（p. 63）を切り取り、1枚に自分の名前を記入します。
- ○ 自分のイメージを5つ選んでそのカードに記入します。
- ○ あまり考え込まずに、直感で選びましょう。
- ○ 残りのカードにメンバーの名前を記入しておきます。

STEP 2

- ○ チームのメンバーでお互いにいろいろな質問をしましょう。
- ○ 質問タイムで、あなたが感じた相手の印象を5つ選んで、相手の名前を書いたカードに記入して、相手に渡します。
- ○ カードは伏せておきましょう。

未定稿・禁転載

STEP 3

- ○ 自分が記入したカードとメンバーからもらったカードを集計して、その結果を私の「心の四つの窓」ワークシート（p. 11）に記入します。
- ○ 先生の手順に合わせて進めていきましょう。

STEP 4

- ○ ワークをやって気づいたこと、感じたことをワークシートに記入します。
- ○ チームで、自分の気づきや感じたことを発表し合いましょう。
- ○ チームの代表からメンバーの気づきや感じたことを発表しましょう。

第2章　自己理解

第2節　自分を知る手がかり

□ 私の「心の四つの窓」

～ワークシート～

	自分が知っている		自分が知らない	
他人が知っている	(1) － (2) － (3) － (4) － (5) － (6) － (7) － (8) － (9) － (10) －	【①　　窓】	(1) － (2) － (3) － (4) － (5) － (6) － (7) － (8) － (9) － (10) －	【②　　窓】
他人が知らない	(1) － (2) － (3) － (4) － (5) － (6) － (7) － (8) － (9) － (10) －	【③　　窓】	(1) － (2) － (3) － (4) － (5) － (6) － (7) － (8) － (9) － (10) －	【④　　窓】

未定稿・禁転載

■ワークを通じて気づいたこと、感じたことを書いてみましょう。

■4つの窓の大きさはどうでしたか。それについてどう思いましたか。

© NPO法人　日本交流分析協会

第2章　自己理解

□ 私の「心の四つの窓」

～質問の例～

信号守る？　好きな名言格言ある？　ダメなことはダメと言える？
やらねばならぬことをやりとおす？それともまっいいか？　あいさつは自分からする？
5分前に着く？　人を待たせる？　自分の信念ありますか？　思ったことはやりとおす？
仕事と遊ぶのどちらが好き？　約束守る？　人に厳しい？

子供好き？　自分は人に優しいと思う？　困っている人見てると放っておけない？
人に優しくするとき抵抗ない？　世話を焼くの好き？　人の話はよく聞く？
それとも自分がしゃべる？　異性にしてあげたいことは？　お年寄りに優しくできる？
人を理解したい？　よく相談する？　励ますの好き？　甘えを受け入れられる？　笑顔できる？

時間守れる方？　遅刻多い？　旅は計画たててから？　それとも行き当たりばったり？
財布には決まったお金はいってる？　お金は計画立ててから使う？　説明するの好き？
衝動買いする？　なぜだろうと考える？　寝る時間決まってる？　よく考えてから行動する？
人を見るの好き？　状況を良く考える？　新聞よく読む？　理屈言う？　冷静？

好きな色は？　TVは？　歌手は？　場所は？　季節は？　感情を顔にすぐ出す？
宝くじが当たったら？　どんな遊びが好き？　活発？　元気？　自分の顔のどこが好き？
楽しいことは何？　場を明るくしたい？　にこにこしてる？　すぐにかっとする？
恋人とどこ行きたい？　よくひらめく？　イヤダ！とすぐ言う？　積極的にとりくむ？
好奇心旺盛？

人に合わせられる？　頑固？　人に気を遣う？　くよくよする？　おとなしい？　耐える方？
根性ある？　けんかは見て見ぬ振り？　それとも仲裁に入る？　憂鬱になること多い？
周りの人が気になる？　人に甘える？　人にいろいろ頼む？　協力する方？
「すみません」とよく言う？　遠慮する方？　一人で閉じこもる？　指示を素直に受ける？

未定稿・禁転載

© NPO法人　日本交流分析協会

第2章　自己理解

今日のまとめ

1. 【　　】との関わりで生きている。

2. 判断するのは、【　　】。

3. コミュニケーションは、まず【　　】を知ることから。

未定稿・禁転載

4. 【　　】とは、【　　】を大きく、
【　　】を小さくすること。

5. 【　　】は、【　　】の積み重ね。

6. お互いが【　　】ことから始めよう。

第2章　自己理解

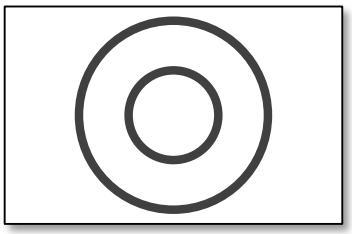
第3節　私の大切なもの探し

1.「私の大切なもの探し」ワークの進め方

自分は普段どのように考え、どのように動いているのかを知ること、自分のものの考え方の特徴や態度、行動の仕方などに気づいて見ましょう。

STEP 1

○ A3の用紙を用意し、右図のように自分を表す丸を自由に描きます。
○ 中央の円に、自分の名前やニックネームを書きます。



STEP 2

○ 参考資料の用語集（p. 65）を見て、（自分の態度／行動の仕方／考え方の特徴／大切なこと／周りからよく言われること）などで、用語集にないものがあれば、空欄に記入しましょう。
○ 用語集を線にそって切ります。ハサミを使わず定規で切ってもかまいません。

STEP 3

未定稿・禁転載

○ 中央に自分の名前を書いたA3用紙に、切り取った用語を置いていきます。
・自分の名前とそれぞれの言葉の距離や位置を考えながら配置します。
・例えば自分にぴったりの言葉を自分の近くに置いたり、あるいはその逆にというように置いたりしてみるのもよいでしょう。
・言葉同士の関係も考えて位置を決めてください。例えばよく似たものをそばに置いたり、その逆というようにしてもよいでしょう。
・用語集の言葉は全部使い、自分と直接つながらないと思う言葉も、どこかに仮に置いてください。

STEP 4

○ 自分なりにそれぞれの言葉の位置が決まれば、のりで貼り付けます。
○ 貼り終わったら自分なりに分類して、色鉛筆で色分けします。
○ 分類の基準は自分で決めてもよいですし、また決めなくても構いません。

STEP 5

○ 完成したら、まず眺めてみましょう。
○ さらに色鉛筆でもっと自分に近付けたい言葉は、中央に向けて、遠ざけた言葉は外に向けて矢印を書いてみましょう。

第2章　自己理解

第3節　私の大切なもの探し

1.「私の大切なもの探し」振り返りシート

■自分の大切なことは何か、やってみた感想を記入しましょう。

未定稿・禁転載

■チームの話し合いが終わったら、メンバーからもらった感想や自分の気付きを記入しましょう。

第2章　自己理解

第4節　私ってどんな人？

1.『ネガポジまっぷ』を作ろう（自分の強みを知る）

今の自分の強みはどんなことだと思いますか？
自分が少し自信を持てること、得意だと思うことはどんなことですか？
あなた自身を客観的にとらえ、自分の強み・弱み、長所・短所について知っておくことは大切なことです。
『ネガポジまっぷ』のワークを通して“自分の持ち味”、“自分らしさ”を見つめてみましょう。

STEP 1

- ○ A4用紙にまっぷシートの作成例（p. 18）のような『ネガポジまっぷ』シートを作ります。
- ○ シートの右半分に、自分の強み、得意とすること（知識・才能・特殊能力・ユニークさなど）を、左半分に自分の弱み、苦手なこと、改善したいことを書いていきます。
- ○ 中心から放射状に広がるように、キーワードを線と丸ワクでつなげていきます。
- ○ 線と丸ワクは、強み→赤ペン、弱み→青ペンで描きましょう。

STEP 2

- ○ STEP 1 で書いたキーワードの丸ワクの周りに、その理由を書きます。
- ○ 「なぜ？」「理由は？」「どんなふうに感じている？」というような問いかけをしながら線と丸ワクでつなげていきましょう。

未定稿・禁転載

STEP 3

- ○ 弱みのキーワードがもし、見方を変えて長所や強みになったら、赤ペンを使ってつなげてみましょう。
  例）気が強い　→　負けん気が強い、粘り強い
  　　おとなしい　→　じっくり物を考える

STEP 4

- ○ 『ネガポジまっぷ』が完成したら、全体を眺めて感じたことを記入しましょう。

第2章　自己理解

第4節　私ってどんな人？

2.『自己PRまっぷ』を作ろう

第2章の1節からの4つのワークを振り返り、自分紹介をするための『自己PRまっぷ』を作りましょう。

STEP 1

○ A4用紙の中心にまっぷシートの作成例（p. 18）のような、“自分”をイメージするイラストを描きます。
イラストがうまく描けない人は、ハート♡ でもマーク ☺ でも何でも構いません。

STEP 2

○ 中心イラストから放射状に自己PRしたい情報を書いていきます。
○ 「私ってこんな人」と相手に伝えるため、4つのワークを振り返り、メインとなる特徴や特性、性格などをキーワードで書き込みます。
○ 『ネガポジまっぷ』と同じように、キーワードを線と丸ワクでつなげていきます。
○ 線と丸ワクの色は何種類使っても構いません。関連性のある項目ごとに色分けをしていきましょう。

STEP 3

未定稿・禁転載

○ メインキーワードが書けたら、その周りに理由やエピソードを書きます。
○ このとき、なるべく短い言葉で、絵文字や記号を使って楽しく書いていきましょう。

STEP 4

○ まっぷが完成したら、発表用に原稿を作ります。

STEP 5

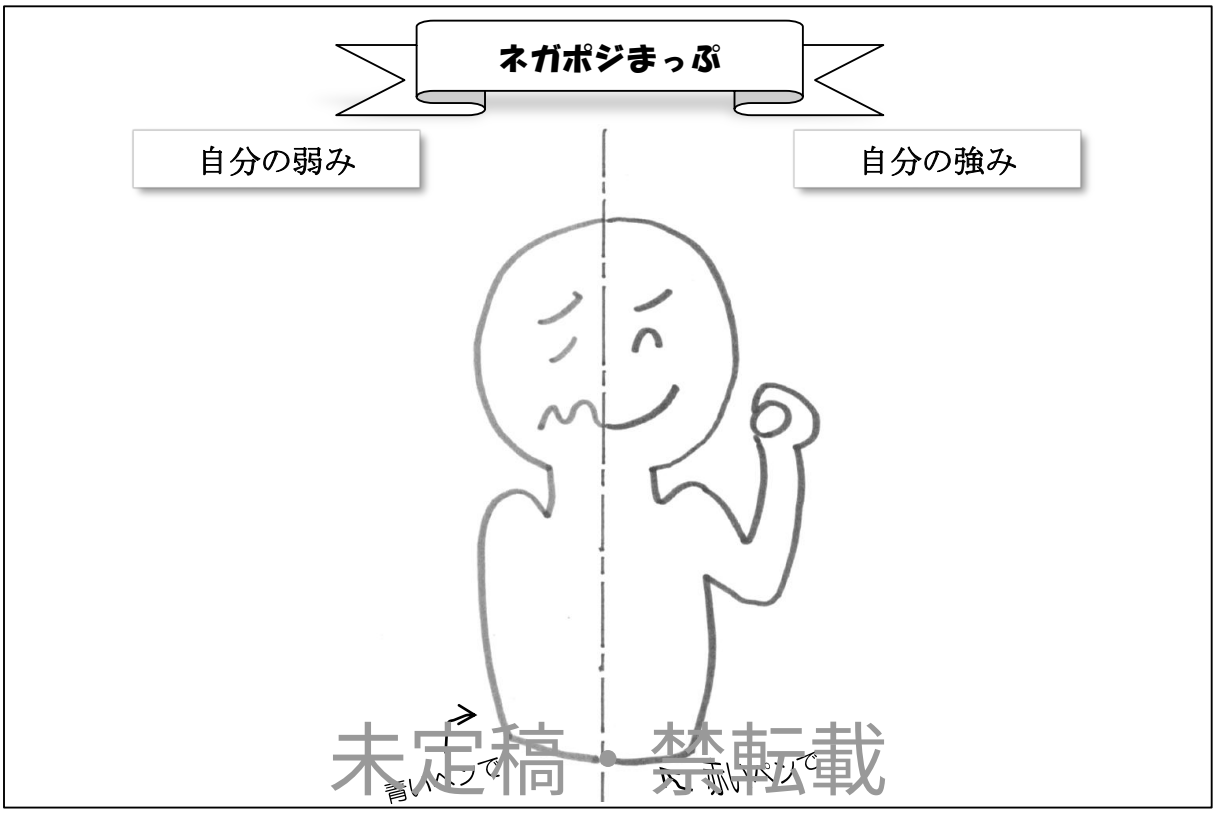
○ できあがった『自己PRまっぷ』を見せながら、一人1分30分程度でメンバーに対して発表します。
○ 発表が終わったら、メンバーは一言ずつ感想を言いましょう。

第2章　自己理解

第4節　私ってどんな人？

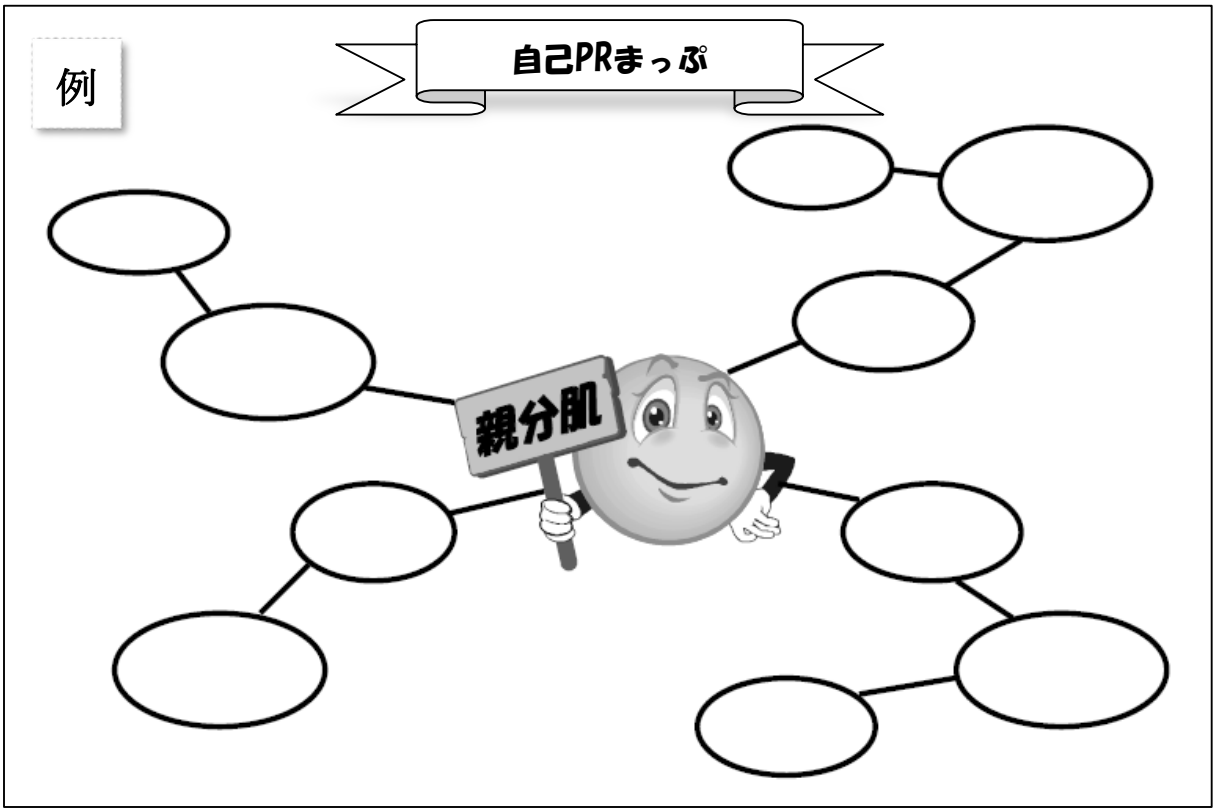
□　まっぷシートの作成例

≪ネガポジまっぷ≫



未定稿・禁転載

≪自己PRまっぷ≫



第2章　自己理解

CASE 1　Yさんのお話から

■各自読んでみましょう

Yさんは、将来、福祉の仕事をしたいと思い社会福祉の学科に入学しました。

在学中から実習やボランティアに積極的に参加し、卒業後は、長くボランティアをしてきた施設から、職員として働いて欲しいと声をかけられ、希望にあふれて入職しました。

4月から、これまでボランティアとして経験してきた仕事を中心に担当し、順調なすべり出しができたと思っていましたが、2ヶ月が過ぎる頃から、自分の気持ちがこれまでと違っていることを感じるようになりました。「みんな忙しいから、私も一人で頑張らないと・・・」と、不安な思いを誰にも伝えられずにいるうちに、気持ちがいっぱいになりました。

ある日、ちょっとしたことがきっかけとなって、これまで抑えてきた気持ちがあふれてしまい、「もう、続けられません。ごめんなさい。」とメモを残して、雨の中、施設を飛び出してしまったのです。気持ちが落ちついて、職場に戻ることができたのは10日後でした。それでも気持ちのバランスが取れず、就職をして1年後に退職をしてしまい、受験する予定だった国家試験も受けませんでした。「もう自分は福祉には向かない、もっと気楽にできる仕事でいい」と考え、それからは、福祉と関係のないアルバイトで生活をしていく日々を送りました。

未定稿　禁転載

半年が過ぎたころ、Yさんは、何か物足りなさを感じるようになりました。なぜだろう？と考えました。「バイトは代わりの人がいるし、この仕事を一生続ける訳にもいかないし・・」そして、また考えました。「私は、本当は何がしたいんだろう？」「なぜ施設の仕事をやめてしまったんだろう？」そして、こう思いました。「職員になって、利用者さんにもっと深く関わって、力になれたと思うことが、自分にとっての喜びややりがい。でも、専門職としての知識も経験も足りないことに直面して、自分のことだけで精一杯だった。でも、Dさん、また、お酒飲んでないかなぁ？Eさん、センターに来てるかな？って、今でも気になっている。」

そして、もう一度、福祉の道に戻ってみよう、と決めました。アルバイトを続けながら、半年後の国家試験に向けて勉強を始め、見事に合格しました。国家試験に向けて学び直したことで福祉の専門職として求められる基礎知識もつき、自信もつきました。そして、自分が福祉の道を志した思いに立ち戻り、新たな施設で専門職として働き始めました。

Yさんは、新卒で就いた仕事で、壁にぶつかりました。自分だからこそできる仕事があると思っていたのに、専門職としての能力や適性がないのではないかという厳しい現実にも直面しました。いったん道をあきらめたYさんを呼び戻してくれたものは、自分のことを必要としてくれた人がいたこと、そんな自分でも、利用者さんの力になれた瞬間があったという経験でした。

第2章　自己理解

第5節　なぜ働くの？

□ Yさんのお話から　～振り返りシート～

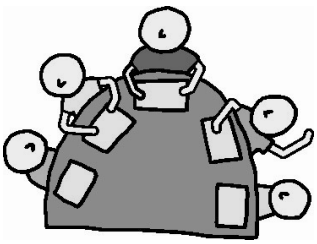
■Yさんはなぜ働き始めて壁にぶつかったのだと思いますか？

■Yさんは福祉の道に戻りました。どんな気づきがあったと思いますか？

■Yさんにとっての「働く意味」はどこにあると思いますか？

未定稿・禁転載

■チームのメンバーで「働く意味」について話し合い、気づいたことを書いてみましょう。



第2章　自己理解

CASE 2　S君のお話から

■各自読んでみましょう

S君は、情報経営を専攻する学生でした。

卒業時には、学生ではむずかしいと言われる国家試験に合格しておきたいと考え、就職活動を早く始めて夏休み前には、国家試験対策の勉強に専念しようと考えていました。そこでかなり早い時期から就職活動を始めました。まずインターネットなどの就職情報に積極的にアクセスし、ここぞと思った企業にはエントリーを行い、各社の説明会などにも参加しました。そして、多くの人が知っている大手といわれる企業を最初の受験先として選びました。

その企業で勤務するには、自宅を離れる必要がありましたが、親も「そんな有名な企業ならばいいよ」と言ってくれたことも彼の背中を押したようです。しかし結果は不合格。原因は面接試験で「あなたの学んだ専門知識や技術をどのように活かして行きたい？」と質問されても答えられなかったことのようでした。不合格であったという結果と、同じクラスの人が別の企業から内定をもらったことにも意気消沈してしまいました。その時点でのS君にとっての最優先事項は「同級生の誰よりも早く内定を獲得する」ことだったのです。

しばらくして就職活動を再開しましたが、就職担当の先生から「A社を受けてみないか？」と勧められても、「給料はまぁまぁだけど、通勤に時間がかかる」、では家から近いB社は？「規模が小さいから、親がやめとけって言っています。」それならば中堅企業のC社は？「家から近いけど、給料が安いので・・・まだA社のほうが良かった」などと堂々巡りするばかりでした。面接対策のセミナーにもよく参加するのですが、なぜこの会社に入社したいのかという志望動機や入社後何をしたいのかという質問に対する回答からは熱意が伝わってきませんでした。複数の企業の採用試験に挑戦はしたのですが、彼の知識や技術の未熟さを補うだけの必死さや覚悟が伝わらない面接では、良い結果につながることはありませんでした。

未定稿・禁転載

そのまま就職先が決まらない状態でしたが、夏休み以降、国家試験に向けての学習は重ね、結果発表があった1月末には見事に国家試験には合格しました。しかし卒業式まで残り1ヶ月の時期でした。結果の報告をかねて就職指導の先生のところへ来て、「どこかいい会社ないですか？」と尋ねてきました。

すると就職指導の先生は「皆が会社名を知っていて、給料がよく、家から近い会社を君が希望することは間違っているとは思わない。でも、なぜまだ内定がもらえてないのだろうか？自分にとって大切なことって何なのだろう？何のために働くのだろうか？いちど自分に聴いてみて。」と言いました。

その後彼は、家から離れて一人暮らしをすることが必要であり、会社の規模も大きくないが、業界内で評価の高い技術をもっている企業の採用試験を受け、見事に内定を得ました。

「先生に言われてから考えました。何を目指してこの学校に入学してきたのだろう？そして勉強してきたことをどのように活かしていきたいとしているのだろう？そして、自分がやりたいことは、新しい分野で、しかも育成プログラムがあり先輩の指導が受けられる企業で働くことだと考え、チャレンジだとは思いましたが、新入社員や若手社員に求められることは何かなどを考え面接に望みました。専門的なことも質問で聞かれましたが、それなりに答えられたと思います。面接官に“目標を持っているね”と言われた時、はっ！としました。」

彼はいま、すばらしい先輩たちにも囲まれて、社会人として歩み出しています。

第2章　自己理解

第5節　なぜ働くの？

□ S君のお話から　～振り返りシート～

■S君は就職の条件にどんなことを優先していましたか？
また、それが、どのように変化していきましたか？

■あなたは仕事の価値をどのようなところに置きますか？　5つ書いてみましょう。
書き終えたら優先順位をつけてみましょう。

仕事の価値	順　位
	(　　)
	(　　)
	(　　)
	(　　)
	(　　)

未定稿・禁転載

■チームのメンバーは、どんなところに価値を置いていましたか？
気づいたことを書いてみましょう。

第2章　自己理解

第5節　なぜ働くの？

CASE 3　なぜ働くの？

①「私はなぜ働くのか」について、改めて自分の思いを考えてみましょう。

②チーム内で各自の「私が働くのは・・・」を話してみましょう。

未定稿・禁転載

③感想があれば記入しましょう。

第3章　仕事理解

第1節　地図を作ってみよう！

1. 仕事の進め方

① 仕事には【　　】がある。
⇒時間、隣に行かないと見られない、見た人は書けない。

② 受け取る人の【　　】を理解する。
⇒65歳以上向け、観光ガイド。

③【　　】どうしたら応えられるか、と考え話し合う。
⇒進め方を考える、役割分担。

④【　　】を提供する。
⇒実際に作業をする、成果を出す。

2. 仕事を上手に進めるには

① それぞれのメンバーが持っている【　　】を発揮する。

② 【　　】に応じて、役割分担をする。

③ 常に【　　】を忘れずに、仕事を進める。

未定稿・禁転載

3. コミュニケーション特性

① 題の地図を正確に見て、他の人に伝える。
→観察力や分析力に優れている可能性が高いタイプ。ものごとを深く見たり、その事実を正確に捉えることが得意です。

② 時間内にきちんと仕上げられるように時間を管理する。
→緻密さや正確さに優れている可能性が高いタイプ。指示に従い、規則や習慣を重んじ、責任を持って仕事をやりきることが得意です。

③ お年寄りが喜んでくれるように工夫をする。
→アイデアや発想力に優れている可能性が高いタイプ。独創性や想像力に恵まれていて、常に新しいチャレンジや楽しみを見つけることが得意です。

④ 常に目的を忘れず、目的に沿った仕事ができているようにチームを持っていくこと。
→バランス感覚や統率力に優れている可能性が高いタイプ。指導力や説得力、表現力があり、物事の真理を見極め、本質を追求することが得意です。

⑤ チームがうまく話し合いをできるための雰囲気を作ること
→サービス精神があり、受容力（人を受け入れる力）に優れている可能性が高いタイプ。責任感が強く、洞察力があり、他の人の才能を活かしたり、元気付けることが得意です。

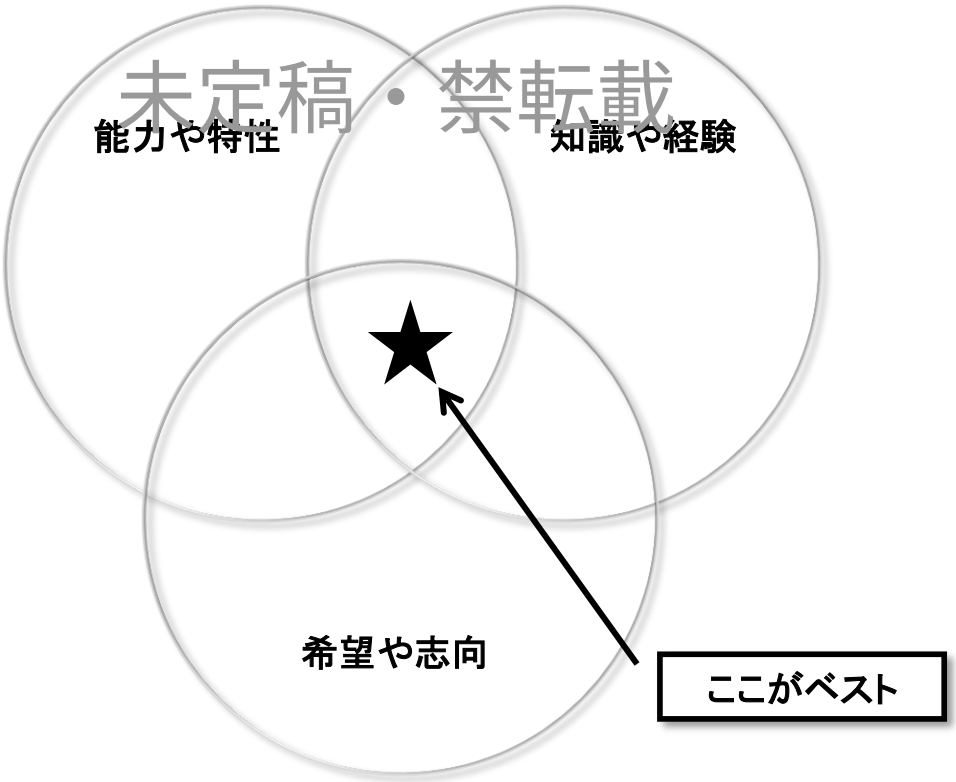
第3章　仕事理解

第1節　地図を作ってみよう！

4. 私のコミュニケーション特性

先ほどのワークの結果とメンバーからもらったコメントを書きましょう

3つの大切な軸　＝　仕事の根っこ



未定稿・禁転載

アイデア提供：
株式会社 アイデアガレージ
代表取締役社長　西尾竜一氏

第3章　仕事理解

第2節　ケーススタディで学ぶ実際の仕事

卒業後、それぞれの職場で活躍をしている自分自身を意識しながら、次の各ケース文を読んだ感想を記入欄へ書いてください。
また、チームで話し合ったり、解説を聞いたりした結果、気になる言葉などがあれば、メモ欄に書きとめておいてください。

CASE 1　配属の決定

新入社員研修の終盤に、配属先の希望を聞かれた。
本当は第1希望に行きたい気持ちが90%だったが、第3希望まで記入するようにと指示があったので、3つの希望を挙げた。実際の配属先の発表では、あまり興味のない第3希望の部署であった。
他のメンバーは、ほぼ希望通りだったのに。

感想記入欄

未定稿・禁転載

メモ：チームで話し合って気がついたことなど

第3章　仕事理解

第2節　ケーススタディで学ぶ実際の仕事

CASE 2　電話応対

電話に出ると、外出中の課長への顧客からの電話だった。外出しているとのことを伝えると、“ではこちらから、また電話します”と言われたので、そのまま挨拶をして電話をきった。

翌日、課長が“誰か〇〇会社の△△さんからの電話受けなかったか？”とやや怒った感じでいったので、“はい、ありました”と答えたところ、“なぜ、伝えてくれないんだ。先方怒っているよ”と言われた。

感想記入欄

未定稿・禁転載

メモ：チームで話し合って気がついたことなど

第3章　仕事理解

CASE 3　クレーム処理

お客様からの電話で、先日購入したばかりの機器がうまく機能しないとのクレームがあった。かなり怒っていて、“すぐに修理に来い！でないと　賠償請求するぞ”との勢いである。“保守サービス担当ではないので･･･”といったが、“じゃすぐに連絡して対処しろ”と言われた。保守サービス部門や自分の課には誰もいない状況であった。この後あなたはどのように行動しますか？

感想記入欄

未定稿・禁転載

メモ：チームで話し合って気がついたことなど

第3章　仕事理解

第2節　ケーススタディで学ぶ実際の仕事

CASE 4　上司からの命令①

ある日の夕方、課長から“明日の10時までに、顧客に提出するこの資料まとめてくれ。今日は残業になると思うが”といわれた。ある意味役に立てるという気持ちもあり、表計算ソフトなどには、自信もあったので早速取り掛かった。

しかし、データ量も多く、思ったよりも時間がかかり焦り始めた時に、課長が“じゃ、よろしく頼む”と先に帰って行った。

感想記入欄

未定稿・禁転載

メモ：チームで話し合って気がついたことなど

第3章　仕事理解

CASE 5　上司からの命令②

ある日課長に呼ばれ、“急で悪いけど、この資料10セットコピーしてくれないか”といって、10ページで1セットになった資料を手渡された。
この後あなたは、どのような行動を行いますか？
課長の満足度の高い＝質の高い仕事をすることを目標に考えてください。

あなたなら・・・

未定稿・禁転載

メモ：チームで話し合って気がついたことなど

第3章　仕事理解

第2節　ケーススタディで学ぶ実際の仕事

CASE 6　コンプライアンス

職場のメールアドレスをもらったので、早速昼休みに、学生時代から続けている趣味のサイトをみて投稿や通信販売のオーダーを行っていた。ころが、ある日課長に呼び出され、“仕事のこと以外で、会社のメールアドレスでメールを送信しないように”と注意を受けた。 また、“仕事に関連のあるサイトはよいが、関係のないサイトは昼休みでも見ないように”と指導された。

“すいません”と謝ったものの、すっきりはしなかった。

昼休みだからいいんじゃないの？　それとメールの内容誰かが見ているんじゃないの？　これって問題では？

あなたはどう思いますか？

感想記入欄

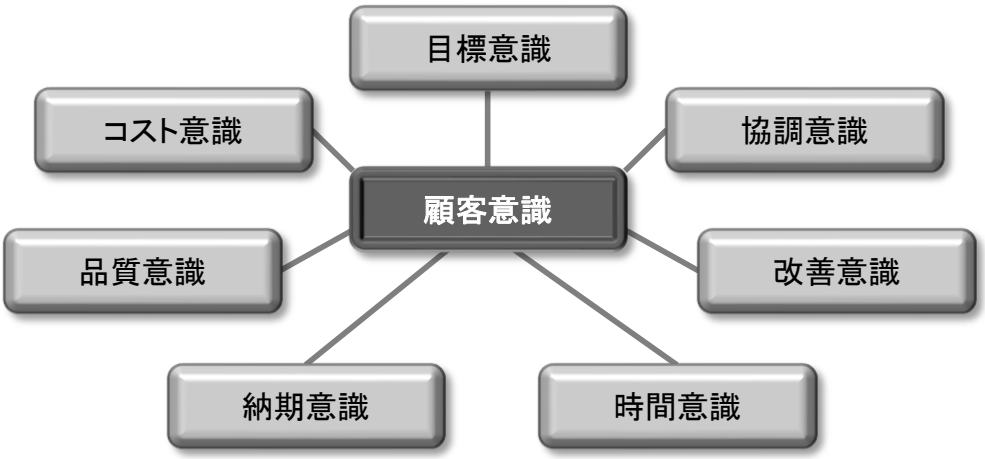
未定稿・禁転載

メモ：チームで話し合って気がついたことなど

第3章　仕事理解

第2節　ケーススタディで学ぶ実際の仕事

ビジネスに必要な8つの意識



※ビジネス能力検定（B検）指導要領より

■8つの意識を確認

目標意識	
時間意識	
納期意識	
協調意識	
顧客意識	
品質意識	
コスト意識	
改善意識	

未定稿・禁転載

■自分が比較的身についているもの／得意なものと、これからの学校生活で身につけていきたいもの／強化したいものを、書いてみましょう。

第3章　仕事理解

第3節　インタビューしてみよう！

学校の先輩など、すでに働いている人に仕事をしていくうえで大切にしていること、重要な事などを聞いてみませんか。

1. インタビューできるとして、聞いてみたいことは？

聞いてみたいこと：

（その理由）

聞いてみたいこと：

（その理由）

未定稿・禁転載

聞いてみたいこと：

（その理由）

聞いてみたいこと：

（その理由）

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう！

1. 模擬店①：役割表

思いつく係名を自由に記入（幾つでも可）	どんな仕事内容？	どんなことができる人が必要？	どんなタイプ（性格）が合っている？	やりがい・楽しさ・難しさ等仕事をしていて感じることは？

未定稿・禁転載

2. 模擬店①：やってみたい係

	係名	なぜ選んだのか	どうやって決定したか
第1希望			
第2希望			
第3希望			

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう！

3. 模擬店①：係の目標設定

	個人記入	話し合いの結果
係名		
係の目標		
具体的にどんなふうに仕事をするか		

4. 模擬店①：他の係との協力関係

他の係名	どんなふうに	
	個人記入	話し合いの結果
	未定稿・禁転載	

5. 模擬店①：気づいたこと等

第4章　仕事選択～未来へ向けて

6. 模擬店①：他の役割との関係図

■他の役割との関係を自由に描いてみましょう.。

【ステップ1】自分と他者の役割を円で表す

・センターが自分とは限らない
・一番大きい円が自分とは限らない
・協力、連携の強弱を自分との距離で表現

【ステップ2】関係性を矢印で表す

← →　：一方通行の関係性
↔　：双方向の関係性
…　：関係性が薄い

自分マーク：（役割名）　他者マーク：（役割名）

未定稿・禁転載

■描いた図を眺めて見て、全体の中で自分の役割をどう感じ、どこに自分を位置付けているか、なぜそのようにしたか、考えてみましょう。

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう！

7. 模擬店②：役割表

思いつく担当名を自由に記入（幾つでも可）	どんな仕事内容？	どんなことができる人が必要？	どんなタイプ（性格）が合っている？	やりがい・楽しさ・難しさ等仕事をしていて感じることは？

未定稿・禁転載

8. 模擬店②：やってみたい担当

	担当名	なぜ選んだのか	どうやって決定したか
第1希望			
第2希望			
第3希望			

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう！

9. 模擬店②：担当の目標設定

	話し合いの結果
担当名	
担当の目標	
具体的にどんなふうに仕事をするか	

10. 模擬店②：他の担当との協力関係

他の担当名	どんなふうに	
	個人記入	話し合いの結果
	未定稿・禁転載	

11. 模擬店②：気づいたこと等

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう！

12. 模擬店②：他の役割との関係図

■他の役割との関係を自由に描いてみましょう.。

【ステップ1】自分と他者の役割を円で表す

・センターが自分とは限らない
・一番大きい円が自分とは限らない
・協力、連携の強弱を自分との距離で表現

【ステップ2】関係性を矢印で表す

← →　：一方通行の関係性
↔　：双方向の関係性
…　：関係性が薄い

自分マーク：（役割名）　他者マーク：（役割名）

未定稿・禁転載

■描いた図を眺めて見て、全体の中で自分の役割をどう感じ、どこに自分を位置付けているか、なぜそのようにしたか、考えてみましょう。

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう！

13. 模擬店：個人目標シート

担当に就いて どんな気持ちか	

自分の担当名	
自分の目標	
具体的にどんなふうに 仕事をするか	未定稿・禁転載
その他感じたこと	

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう！

14. 模擬店：担当ごとの思い

担当名	みんなの思い
	未定稿・禁転載

■係全員で決めた「成功へ導くための方策・決意」を、発表用にまとめましょう。

第4章　仕事選択～未来へ向けて　　第1節　模擬店を出そう！

15. 模擬店：振り返りシート

■（p. 40）個人目標シート「担当に就いてどんな気持ちか」を読み返してから振り返ってみましょう。

担当は希望通りだったか	その時どう感じたか
○ ／ ×	

	場　面	なぜそう感じたのか
嬉しいと感じた場面		
嫌だなと感じた場面		

■自分について改めて気づいた点を書き出しましょう。

個　性		なぜそう思うのか	
適　性			
伸ばしたい点			
改めたい点			
今後どうしていきたいか（課　題）			

未定稿・禁転載

■全体を通して感じたことを書いてみましょう。

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第2節　未来カード

■どんな仕事をしている？

■何に夢中になっている？

■どんな人になっている？

■どんなことに幸せを感じている？

未定稿・禁転載

■どんな毎日を送っている？

■10年後の自分にメッセージを送ろう。 文章・絵・旗・マーク等で自由に表現してみよう。

「人間には描いたことを現実にしてしまう力がある」といわれています。
表したものをしみじみと味わい、いつも見える所に貼っておくのもよいでしょう。

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第2節　未来カード

つきたい職業

調査すべきこと

理由

特に重視した要素

実現に必要な資格や条件

今から取組むこと

未定稿・禁転載

方法・手段

計画

今～
半年後

半年～
1年後

1年～
1.5年後

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第2節　未来カード

先生に相談したいこと
課題

先生
コメント

未定稿・禁転載

第4章　仕事選択～未来へ向けて

背中にエール

■皆と挨拶や握手をし合い、どんなことを感じましたか？

■皆からもらったエールを読んで、感じたことを自由に書きましょう。

未定稿・禁転載

■チームで感想を出し合って、改めて感じたことを書き留めましょう。

参考資料

未定稿・禁転載

参考資料の一部には、取り外したり、切り取って使うページがあります。
そのページは61ページ以降にまとめてあります。

第1章	チーム作業を進めるときのヒント用	48、61
第2章	自己理解用	49～51、63～65
第3章	仕事理解用	52～55、67～69
第4章	仕事選択～未来へ向けて用	56～60

第1章　チーム作業を進める時のヒント

第１回世界メルヘン大会審査表

審査員名	

個人の順位

	作品名	理　由
優勝		
準優勝		
3位		

チームの順位

	作品名	理　由
優勝		
準優勝		
3位		

未定稿・禁転載

感想

第2章　自己理解

第2節　自分を知る手がかり

1. 心の四つの窓・・・「ジョハリの窓」

自己理解と人間関係改善のために、自他から見た自己を心の四つの窓に分けて検討する方法があります。
この自己認識法は、ジョセフ・ルフトとハリー・インガムの共同発案であることから、「ジョハリの窓」と呼ばれています。
横軸を「自分が知っている自分」と「自分が知らない自分」に分けます。
縦軸は、「他人が知っている自分」と「他人が知らない自分」に分けます。こうして四つの窓ができます。

ジョハリの窓

	自分が知っている	自分が知らない
他人が知っている	①開かれた窓 （自分も他人も知っている部分）	②気づかない窓 （自分は知らないが、 他人は知っている部分）
他人が知らない	③隠している窓 （自分は知っているが、 他人は知らない部分）	④未知の窓 （自分も他人も知らない部分）

未定稿・禁転載

① の「開かれた窓」は、
自分のことを、自分も他人もわかっている窓で自然にのびのびと振舞える領域です。

② の「気づかない窓」は、
自分のことを、他人には見えているが、自分が気づかない窓で、他人との間にズレやあつれきを生じやすい領域です。

③ の「隠している窓」は、
自分のことを、自分では分かっていますが、他人には押し隠していますので、行動が不自然になる領域です。

④ の「未知の窓」は、
自分にも他人にも意識されていない領域ですが、未知の可能性を秘めており、成長の源泉ともいえる領域です。

第2章　自己理解

2.「開かれた窓」を大きくするために

成長する努力

	自分が知っている	自分が知らない
他人が知っている	①	②
他人が知らない	③	④

未定稿・禁転載

「自分の知らない領域」を右側 ② の方に広げるためには、他人の話を素直に聴くことを心がけることが大切です。他人からできるだけアドバイスをもらう、自分はどんな人に見えるかを教えてもらう、日常生活で疑問に感じたとき、それを反すうしてみる、なぜそう言われたのだろうと振り返る・・などです。良いことは素直に喜び、認めてくれていることをかみしめましょう。

しかし、嫌なこと、悪いことを認めなければ窓は広がりません。教えてもらったことに感謝する気持ちを持つことが、自分を変えるためのきっかけになると考え、素直に受け入れましょう。

「他人が知らない領域」を下 ③ の方に広げるためには、自己開示をして、自分の意見を素直に言うことが大切です。自分について話す、自分をもっとアピールした方がよい領域です。
自分を分かってもらうために、どう行動し、どんな言葉で表現したらよいか、自分を分かってもらう努力をしましょう。

弱点はみな隠したいものです。でも、そのままでは、良いコミュニケーションはできません。隠していることが多ければ多いほど、相手も隠すようになります。本音で伝えあえるようになると窓が開きます。

他人との関わりの中で、新しい自分に気づくことが自己成長にもつながります。自己成長とは、「開かれた窓」を大きくし、「未知の窓」を小さくすることを意味しています。

第2章　自己理解

3. 自己改革の第一歩は己を知ること

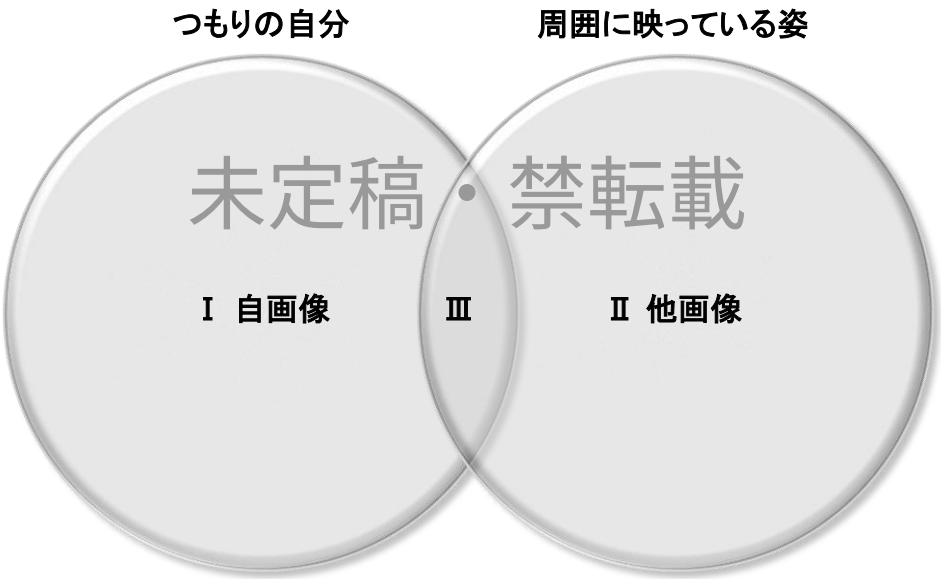
人間は、自分が本当に変わりたいと思えばそのように変われる存在であるといいます。
そのためにはまず、自分は今、どんな状況であるか、どんな人間であるか、どんな行動特徴を持っているのかを知る必要があるのです。

人間は誰でも、″自分はどんな人間である″というイメージをもっています。

- 自分は積極的である
- 自分には社交性がない
- 自分は気が弱い
- 自分は責任感が強い
- 人と会うのが苦手だ

といった具合です。

このような自分のイメージを自画像と呼んでいます。この自画像は、必ずしも周囲の人に映っている姿と同じではなく、むしろズレがあります。



自分は慎重で、じっくり考えてから行動するタイプだと思っていても、他から見ると消極的に見えることもあります。
自分は積極的な人間であると思っていても、他人には自己主張の強い、自分本位の人だと映ったりもします。

自画像は、自分にとって都合のよい自分であるから多分のところ、自分はこういう人間のつもりという事になります。そこで他人に映っている自分とつもりの自分が重なっているとそれは真実の自分の姿ということになります。

参考引用文献
NPO法人　日本交流分析協会
「交流分析士2級テキスト」

彼（彼女）が発揮した能力、果たした役割は？

次の中から一言理由も添えて選んでください。

この仕事で彼（彼女）が最も能力を発揮したのは、

①課題の地図を正確に見て、他の人に伝えること

②時間内にきちんと仕上げられるように時間を管理すること

③お年寄りが喜んでくれるように工夫をすること

未定稿・禁転載

④常に目的を忘れず、目的に沿った仕事ができているようにチームを持っていくこと

⑤チームがうまく話し合いをできるための雰囲気を作ること

第3章　仕事を理解する　　第2節　ケーススタディで学ぶ実際の仕事

コラム1　あるフリーターの独り言

秋山は今日で27歳になった。現在は、いわゆるフリーターである。専門学校で3年間勉強して卒業してから6年になろうとしている。この間、一度も正社員として就業したことはなく、派遣会社の登録社員として3年間勤務していた。契約の満了後、新しい派遣の紹介があっても、うまくいかずここ2年は、短期のアルバイトを繰返す生活が続いている。

専門学校での勉強は興味深く、関連資格試験にも複数合格していたが、就職にあたってもっと自分の可能性を見つけたい、より自分を活かせる仕事を探したいと思って、学校から紹介された複数の会社に興味・関心はあったが、正社員としての就職ではなく、現在の方向を選択したのであった。

最初は学んでいた専門分野以外の多くの事を学習したり、体験できることもあって充実感も感じていた。収入も正社員で就職した同級生と比較しても変わらないように思っていた。実際には、正社員の場合は、健康保険や年金保険、労働保険などの社会保険料が差し引かれた後の金額であったが登録社員であった最初は、自分で国民年金の支払いを行っていたので、その分を考えると少ない金額であった。また、就職した年の年末には、正社員にはボーナスが支給されたが自分にはなかった。

その分は、一生懸命働いて取り返すという意気込みであったが、仕事の時間単価は、派遣先と登録派遣会社との間で決められるので、自分の思った通りにはいかなかった。残業して頑張ればいいやと考えたが、派遣社員は残業することはできず、もし残って働いても自分の責任なので、給与の対象にならなかった。

最初は、就職活動の時に選択した、”自分の可能性発見”があったので、それなりに納得して頑張った。しかし、派遣先は変化するが担当する業務の内容の変化が少なくなってきた。会社には新たな分野に挑戦してゆきたいと、機会あるごとに話してはいたが、派遣会社としての得意分野や顧客の状況もあり、”時間給を高くするには、経験が必要だ”とも言われていた。

このようなことが3年続いた。その後年齢が上がるとともに、仕事への経験が求められ、一方時間給が上がることで、派遣先との調整がうまくいかず、派遣先が決まらない状況が続いた。別の派遣会社への登録も行いながら、いつでも仕事の要望に耐えられるように、短期間のアルバイトをしながら現在に至っている。

誕生日を前にした先日ふっと考えた。同級生で正社員として勤務したメンバーは、会社への不満を口にしながらも、一生懸命頑張っており、たまに会った時に仕事の話をする表情には、誇らしさも感じる。専門学校時代に学んだ知識を直接活かせるような職務をしている者もいれば、直接は関係があると思えない職種を行っているメンバーもいる。その姿をみて、就職活動の時に先生に言われた言葉を思い出していた。

”自分に合った仕事を探すより、どのような仕事であっても自分を活かせる人間になれ”

未定稿・禁転載

感想記入欄

第3章　仕事を理解する　　第2節　ケーススタディで学ぶ実際の仕事

コラム2　プロ意識

入社して9カ月が過ぎ、研修終了後に配属された現在の職場で1年が経過しようとしていたある日高橋は、上司である主任に言われた“2年目だから、そろそろプロ意識を持てよ。”について考えていた。現在担当している仕事は、毎日が勉強で厳しさも感じるが、やりがいも感じているので、毎日楽しく取り組んでいるつもりであった。毎日の仕事でも、自分に納得いかない点があれば、すぐに先輩や上司に質問をおこない、自分が納得いくまで取り組んでいた。だから、毎週行われる課のミーティングや月1回の全体会議は正直あまり身が入らなかった。また、仕事とは関係が少ないいろいろな役割についても、仕事に取り組む時ほどの気持が入らなかった。

ある日2年先輩と仕事を終えてから一緒に食事をする機会があったので、思い切って先輩に聞いてみた。先輩は、“自分ひとりで仕事していると思っているの？”と聞いてきた。高橋は思わず“えっ”と言葉を飲んだ。言葉にはしなかったが、“求められている仕事はしていると思います”といいたかった。先輩は続けて話した。“今君が、自分の役割に集中できているとしたら、誰がその環境を作ってくれているのだろうね。会社って人の集まりだよね。多くの人が、それぞれの役割を果たすと同時に、お互いに助け合って、会社の目標や課の目標を達成していこうとしているんだよね。みんなが自分だけが良かったらと思っていたらどうなるんだろうね？”

高橋は先輩と話してよかったと思った。自分の専門性を発揮して1日も早く評価されたいと考え頑張ることは、間違ってはいないけど、学校で良い成績をとるのとは違って、組織全体としてのことを、同じ目標に向かっていることへの意識が少なかった。

というよりなかったと反省した。

未定稿・禁転載

感想記入欄

第3章　仕事を理解する　　第2節　ケーススタディで学ぶ実際の仕事

コラム3　入社3年目

就職して働きだすと、折に触れて、自分の人生や、職業を通しての人生＝キャリア・ライフを考えることが、いま以上に求められます。就職した1年目、社内での研修に始まり、試用期間を終え、正式に社員となります。きっと毎日が驚きや緊張の連続でしょう。しかし、3か月を終えるあたりで、生活ペースや社内環境にも慣れてくることでの”気の緩み”がでます。この時に、遅刻や体調不良での欠勤などもしてしまうので注意してください。自分の体調管理は、社会人では自己管理・自己責任となります。

1年目は、とにかく慌ただしく過ぎていくことでしょう。そして2年目。新入社員＝後輩が入社してきます。その彼らを見て、去年の自分を思い出しながら、”私たちもっとしっかりしていたよね”などと同期のメンバーと話していると、先輩や上司から、”同じようなものだよ”などと言われるかもしれません。でもその新人たちを良い意味で意識しながら、1年先輩として頑張っていくあなたがいます。

おそらく2年目には昨年と違った大きな壁や悩みがあなたの前に立ちはだかります。それは当然なのです。あなたの成長に伴って、仕事の内容が深くなり、果たしていかなければいけない役割も増えているからです。極端な表現かもしれませんが、”悩みは成長の証”ともいえます。

しかし3年目を迎えるにあたって、もっと大きな悩みにぶつかるのではないでしょうか？それは、”このままこの会社に勤務していてよいのだろうか？”という悩みです。特に現在の仕事が、入社前に描いていた自分の仕事や役割と異なっている場合など、そのように感じることが多いかもしれません。すると学生時代の同期で他社に入社した人達の話が思い出されます。彼らは自分の思った通りの仕事に就いていると・・・

これらも成長の証といえます。しかし、この後の状況によって本当に成長したのかどうか、自分のキャリア・ビジョンを持っているかどうかが異なってきます。学生時代の就職活動時点では、それなりに情報収集したり自己分析を行ったりした結果で選択もしました。それは評価しますが、ジョハリの窓にあるように、あなたの未知の部分はまだまだ多くあります。就職して、これまでに経験できなかった多くの事を体験することで、新たな自分の特質や才能？を見いだせることでしょう。その結果は、新たな職業興味へとつながっていくのです。

入社し研修を終えた頃にぜひ”3年後の自分”について目標を設定し書き留めてください。その目標を毎年見直し、必要に応じて、より具体的にしていくなど行ってみませんか。2年目の終り頃には、”さらに3年後の自分”について目標設定することも必要です。”この後の状況で・・・”と前述しましたが、現在の仕事内容に不満があったり、単に面白くないから退職して、別の会社へというのではなく（多くの場合それがきっかけですが）自分のキャリア・プランをより実現していくためにという形にして欲しいと思います。

未定稿・禁転載

感想記入欄

第4章　仕事選択～未来へ向けて　　第1節　模擬店を出そう

1. 模擬店①：役割表　例

思いつく係／担当名を自由に記入（幾つでも可）	どんな仕事内容？	どんなことができる人が必要？	どんなタイプ（性格）が合っている？	やりがい・楽しさ・難しさ等仕事をしていて感じることは？
①	＜店舗設置・店舗づくり＞ 店舗の設置場所の調整交渉 模擬店舗設置 設備・機械・仕掛けなどを備えつける 道具調達・管理 当日のメンテナンス	体力 工具・機械操作ができる 立体的に考えられる 全体を見通しながら遂行できる 細やかな目線	ガテン系 力強いがやさしい 人と接するより、物作りが好き	屋台を完成させ、来客やスタッフに喜ばれたとき 誰も気づかないところに手を加え、功を奏した時
②	＜調査・模擬店予報士＞ 他店舗研究：動向、日程、内容等の比較調査 過去の実績研究：販売物、設置場所、天候等の環境と動員数の因果関係 保健所・町内等の情報収集・連絡調整	分析力 論理的に物事を考えられる 感情よりルールに則って善悪を判断できる	論理的 理性的 コツコツ型 地味 ルールをきちんと守る 完璧主義 集団行動より一人が好き	下調べがしっかりしていたお陰で、アクシデントが無く物事が進んだ時 予測と結果が近似していた時
③	＜デザイン＞ ポスター・スタッフジャンパー・ちらし・チケット・HPのデザイン 店舗レイアウト	創造力 感性を表現できる 流行へのアンテナを張り、収集できる	個性的 遊び心がある 好奇心旺盛 オシャレ 派手 直感で行動する 型破り 感受性が強い 人と同じはイヤ	自分達がデザインしたイメージキャラクターが好評だった時 HPデザインが受けてヒット数が急上昇し、集客率に繋がった時
④	＜みんなのお世話＞ 器具（鉄板・コンロ等）レンタル手配と、使用法のデモンストレーション 当日：調理 来賓者への連絡調整とお茶出し 救急隊 父兄対応（問合せ・クレーム）	教えるのが上手 奉仕精神旺盛 医療・販売も好き 人の気持ちがわかる	面倒見がいい 人と接するのが好き やさしい 責任感が強い 人に教えたり、お世話するのが好き	困った人を助けて、役に立てた時 難解な質問やクレームにきちんと応えられた時
⑤	＜企画・運営・管理＞ 店長として目標収益の決定・周知 妥当な業者選択と戦略的な値踏み交渉 各係へ役割調整をし、意見を吸い上げる 宣伝方法や呼び込み方法の企画 当日の指揮監督：集客率を上げ客の流れを作る 危機管理：トラブルは早急に先生と連携	周囲を巻き込む力 人を動かす力 物事を進めていく実行力 イニシアティブ 統率力 発想力 牽引力	リーダー的でたくましい 物怖じしない 人の上に立つことが好き 社交的 新しもの好き	指示した人員配置がうまく回り、皆が働きやすく楽しそうな姿を見た時 他店に無い企画を立て、売り上げが予想を上まった時
⑥	＜会計・事務局＞ 模擬店実行委員会での記録と議事録作成配布 予算取りと会計報告 経費の出納管理 当日：銀行での事前両替・レジ業務・小口現金管理 納品業者への対応（在庫管理と発注・商品受取と出金等）	細かい計算が得意 決められた方式通りに遂行できる	まじめ 几帳面 合理的 打算的 規則的なことが好き 粘り強い リーダーよりも、後ろから着いてくるのが好き	計算がきちんと合った時 相手のニーズに即して、迅速に正確な数字を伝えられた時
⑦				

未定稿・禁転載

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう

私の国は？

■ 自分やメンバーのイメージは、どの国に当てはまりますか？
■ 解説を読んで「キーワード」欄より特色を選び（　　）へ記入しましょう。

①エンジニア・販売・企画等、
特定の分野で能力発揮することに
幸せを感じる。

①インド
【　　】

⑤ルールや規則に縛られず
自分のやり方で仕事を進める。
仕事のペースも自由に決めたい。

⑤イタリア
【　　】

私の国は？

②集団を統率、
権限を行使し、
組織の期待に応える
ことに幸せを感じる。

⑥暮らしやすさ、他者の救済、
教育などを成し遂げ、自分の関心
ある分野で仕事をしたい。

②イギリス
【　　】

⑥スウェーデン
【　　】

未定稿・禁転載

③充実感・保障・年金等、経済的安定を
望む。転職せず、一つの組織へ忠誠、
献身を尽くす。

自分

⑦個人的欲求、家族の願望、自分の
仕事のバランスや調整に力を入れる。
自分のライフワークに合わせた仕事を
望む。

③日　本
【　　】

⑦フランス
【　　】

④新しいものを創りだす。
障害を乗り越えリスクを恐れない。
自分の努力で達成したいという
欲求が原動力。

⑧困難な問題の解決や手ごわい
相手に打ち勝とうとする。
競争にやりがいを感じる。
目新しさ、変化、難しさが目標。

④中　国
【　　】

⑧アメリカ
【　　】

～キーワード～

A. 安　定	B. 起業家的創造性	C. 経営管理	D. 社会への貢献
E. 自律（自立）	F. 全体性と調和	G. 専　門	H. チャレンジ

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう

1. 自分のイメージの国を選んでみましょう。その理由は？

	選んだもの	理　由
自　分		

2. メンバーのイメージの国を選んでみましょう。その理由は？

	選んだもの	理　由
さん		
さん		
さん		
さん		

3. メンバーが考えたあなたのイメージを書き留めましょう。

未完稿・禁転載

	選んだもの	理　由
さんが		
さんが		
さんが		
さんが		

4. 自分が選んだ自分のイメージと、他人からもらった自分のイメージを比べてどう感じましたか？

第4章　仕事選択～未来へ向けて

第1節　模擬店を出そう

突然の雨…　さあ、あなたはどう思う？

設　問

模擬店を開いている最中に、雨が降ってきてぬれてしまった。
その時あなたはどう思う？

回　答　**回答をA/Bより選択し、○をつけてください**

A　：　天気予報をちゃんと調べて、雨対策を打っておけばよかったな。

B　：　あ～運が悪い。模擬店なんかに参加させたリーダーが悪いんだ。

■選んだ理由

未定稿・禁転載

■ ＜振り返り＞

感じたことを自由に書きましょう

第4章　仕事選択～未来へ向けて

おまけ

ここまで、たどり着きました。
皆さんの後ろにはしっかり轍(わだち)が刻み込まれています。
轍(わだち)は「車輪の跡」という意味の他、「キャリア」を意味します。

ワークを終えて「キャリア」をどのように理解しましたか。

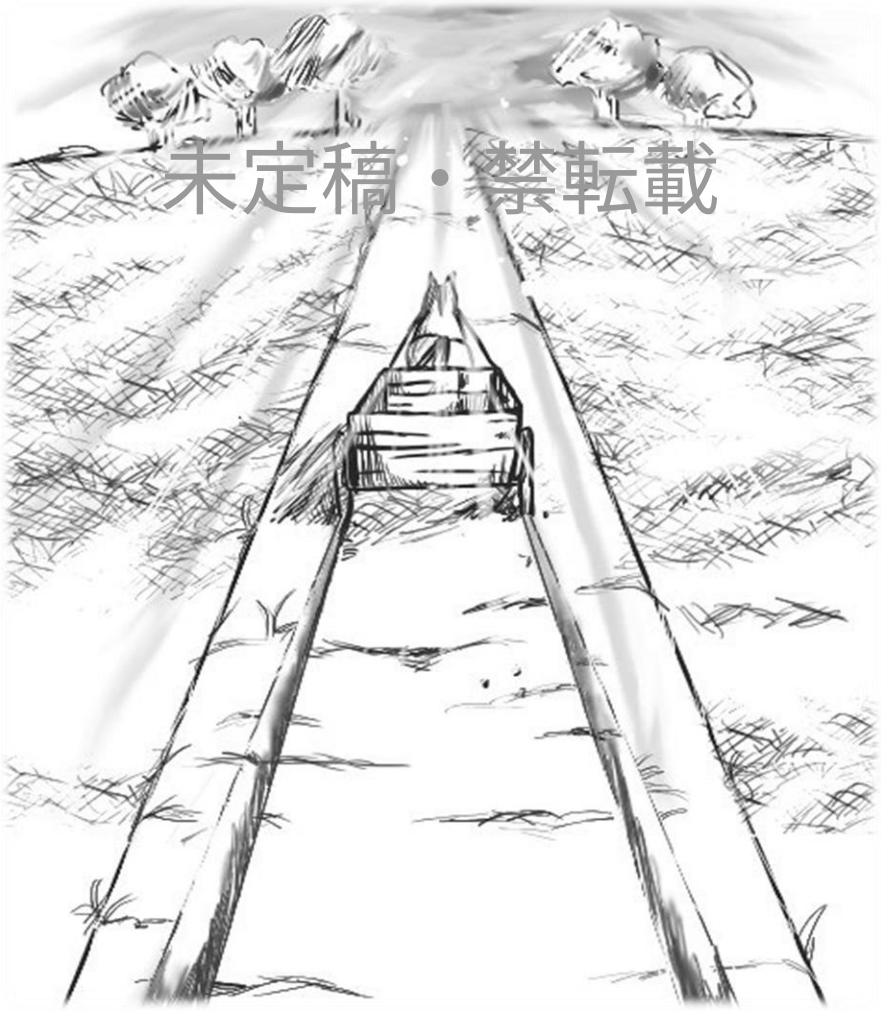
「私にとってキャリアとは

ということです。」

その轍(キャリア)はどこに向かって進んでいこうとしていますか。

「私の轍（キャリア)は

へ向かって進んでいきます。」



未定稿・禁転載

自分に正直になることは難しく、そして素晴らしい。
その気づきはやがて轍（キャリア）となり、未来へ続いていく。

第1章　チーム作業を進める時のヒント

チーム作業役割診断シート

日付	
記入者	

ファシリテーター：

ファシリテーション プロセス　チェック項目	1：できなかった 2：あまりできなかった 3：できた 4：よくできた	コメント
場作りができたか （話易い雰囲気作り、約束事の確認、役割分担）		
話を引き出すことができたか （傾聴、復唱、適切な質問、発言の促進、非言語メッセージの解読）		
話をまとめることができたか （整理、要約、優先順位付け）		
結果を共有することができたか （結論、合意、振り返り）		
ファシリテーター スキル　チェック項目	1：できなかった 2：あまりできなかった 3：できた 4：よくできた	コメント
全員の参加を促せたか		
チームの雰囲気作りができたか		
中立的な立場をとることができたか		
時間管理ができたか		

未定稿・禁転載

気づいた点・改善点など

未定稿・禁転載

第2章　自己理解

第2節　自分を知る手がかり

カード（点線で切り離して使用してください）

相手の名前　　より さんへ
1. 明るい楽しい
2. 責任感がある
3. おとなしい
4. 観察力がある
5. 楽天家
6. 親切
7. 我慢強い
8. 計画的
9. 優しい
10. 礼儀正しい

相手の名前　　より さんへ
1. 明るい楽しい
2. 責任感がある
3. おとなしい
4. 観察力がある
5. 楽天家
6. 親切
7. 我慢強い
8. 計画的
9. 優しい
10. 礼儀正しい

相手の名前　　より さんへ
1. 明るい楽しい
2. 責任感がある
3. おとなしい
4. 観察力がある
5. 楽天家
6. 親切
7. 我慢強い
8. 計画的
9. 優しい
10. 礼儀正しい

相手の名前　　より さんへ
1. 明るい楽しい
2. 責任感がある
3. おとなしい
4. 観察力がある
5. 楽天家
6. 親切
7. 我慢強い
8. 計画的
9. 優しい
10. 礼儀正しい

未定稿・禁転載

相手の名前　　より さんへ
1. 明るい楽しい
2. 責任感がある
3. おとなしい
4. 観察力がある
5. 楽天家
6. 親切
7. 我慢強い
8. 計画的
9. 優しい
10. 礼儀正しい

相手の名前　　より さんへ
1. 明るい楽しい
2. 責任感がある
3. おとなしい
4. 観察力がある
5. 楽天家
6. 親切
7. 我慢強い
8. 計画的
9. 優しい
10. 礼儀正しい

© NPO法人　日本交流分析協会

未定稿・禁転載

第2章　自己理解

第3節　私の大切なもの探し

用 語 集

名誉	貢献	起業	成功
体力	信頼	理想	公正
変化	論理	個性	成長
平凡	支援	完璧	安心
挑戦	友情	学習	責任
健康	感性	冒険	協調
美	収入	慎重	専門
行動	自立	友情	興味
安全	自由	計画	余暇
素朴	権威	体力	誠実

未定稿・禁転載

未定稿・禁転載

第3章　仕事を理解する

第1節　地図を作ってみよう！

私から見た、メンバーの特性

【　　】さん
特性：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さん
特性：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さん
特性：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さん
特性：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さん
特性：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さん
特性：
①　②　③　④　⑤
理由：

未定稿・禁転載

未定稿・禁転載

第3章　仕事を理解する

第1節　地図を作ってみよう！

メンバーから見た、私の特性

【　　】さんは
私の特性を：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さんは
私の特性を：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さんは
私の特性を：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さんは
私の特性を：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さんは
私の特性を：
①　②　③　④　⑤
理由：

【　　】さんは
私の特性を：
①　②　③　④　⑤
理由：

未定稿・禁転載

未定稿・禁転載

チーム学習型キャリア教育ワークブック

「やる気の根っこ」

定価：本体900円+税

2010年4月1日　初版第1刷発行

未定稿・禁転載

編者　財団法人 専修学校教育振興会
キャリア・サポート教材開発研究委員会
委員（50音順）浅輪　玲子
岡村　慎一
上浦　環
神山　恵美子
財津　香壽子
西田　君美雄
アドバイザー　小林　智明
オブザーバー　小野　紘昭

監修　財団法人 専修学校教育振興会
キャリア･サポート事業運営委員会

発行　財団法人 専修学校教育振興会
〒102-0073　東京都千代田区九段北4-2-25
（私学会館別館）
電話 03(3230)4814　ホームページ:http://www.sgec.or.jp

●本書の内容の一部または全部を無断で複写複製（コピー）することは、著作者および出版者の権利の侵害となりますので、あらかじめ当財団あて許諾を求めてください。
●落丁・乱丁はおとりかえします。

未定稿・禁転載

チーム学習型キャリア教育ワークブック

「やる気の根っこ」

財団法人専修学校教育振興会