



Nippon Sport Science University



日本体育大学  
日本体育大学女子短期大学部

# キャリアマトリックスの活用事例

日本体育大学体育学部  
助教授 本間 啓二  
honma@shinro.net



# 本学でのキャリア教育の取り組み



- 2005年から教職課程の「総合演習」において「キャリアデザイン演習」を学長・法人の要望により開講。
- 2006年から新入生のオリエンテーションにおいてキャリア教育を実施する。
- 2007年度中にキャリア支援センターを設立予定で検討中。

# 「キャリアデザイン演習」



- 教職課程(総合演習)におけるキャリア教育の意義
- 教員となってからのキャリア教育の推進者となっていくことだけでなく、自らのキャリア形成にも大きな影響を与えることが期待される。
- 幅広い職業の情報を通して働く意欲や働く価値についての理解が進み、職業を通して自己を生かそうとする意欲が生まれてくる。
- 自分の個性を知ることにより、職業への不適應課題を予測したり、対処することができ、うまくできないことによる不安を軽減することができる。
- 自己の職業適性を理解することで、得意な分野や興味のある分野を積極的に取り上げるなど、自分の個性を発揮する場面が分かるようになる。

# 総合演習授業での「キャリア教育演習」実施案



- 前期の総合演習の授業を「キャリア教育演習」として教職受講者全員を対象とする。
- 非常勤講師と教職教育担当教員で授業を受け持つ。
- 後期は他の総合演習科目と同時開講とし、グループ活動、発表形式を中心とした「キャリア教育演習」を選択できるようにする。

# 授業の展開計画



- 1. 進路指導(キャリア教育)の理念と課題
- 2. 産業・経済の社会的背景と個人のキャリア形成
- 3. 職業への興味傾向の探索(心理検査VPI演習)
- 4. 職業興味の発達と分類(ホランド理論の解釈)
- 5. 能力的側面からの職業適性の理解(心理検査GATB演習)
- 6. 能力的側面からの職業適性の分析(GATB自己分析演習、適性能の解釈)
- 7. GATB、VPIの総合解釈(講義とワークシート)
- 8. 適職診断を通じたキャリア・カウンセリング(進路相談)の技法
- 9. 職業理解(職務分析)、ワークシート(OHBY紹介)
- 10. 将来設計の手順と方法(キャリアプラン演習)

# 新入生オリエンテーション



- 1. キャリアとは？
- 「人が生涯を通じてかかわる一連の労働や余暇を含むライフスタイル」
- これからの学生生活そのものがキャリア形成となる。
- 日体大でのライフアンカー(人生の拠り所)づくりが生涯の生き方の基礎となる。
  
- 2. 経験が経験を生む！
- 過去の経験が、目前の意思決定、行動選択へと大きな影響を与えていく。
- 新たな経験を生み出すことが、次の飛躍への土台となる。  
(チャレンジ)
- 幅広く経験の場を求める。

# 新入生オリエンテーション



- 3.人生をどう生きるのか？
- よりよく生きる 個性が発揮できる生き方
- 働くことで自分の個性が発揮できる！
- 働くことで職業的な能力が高くなる！
- 働くことでみんなの役に立つ！自分を知る仕事を知る自分に合った仕事を選ぶ
- 仕事に自分を合わせて新たな可能性を切り開く。(自己開拓)
  
- 4.やがて社会に出て行く。
- 職業の選択は生涯を通じて行うもの。
- 初めに就いた職業から、やがて時代や環境の変化によって職業も変わっていく。
- 人との出会いを大切に。
- 「出逢いが人間を感動させ、感動が人間を動かす。人間を動かすものは、むずかしい理論や理屈じゃない(あいだみつお)」

# 新入生オリエンテーション



- 5.日体生は大人気！！
- 頭で考えてからよりも体当たりで人とかかわる。(ポップ、部活指導)
- 正義感と熱血漢が人を動かす。(スポーツマン)
- 後はきちんと勉強することで人生の選択肢が増える。
  
- 6.キャリアのスタートに向けて
- 人生を前向きに進んでいくためには、目標を持ち、具体的なアクションプランを立て、勇気を持って実践し、評価・修正して新たな目標に向けて動き始めることが大事。
- 人生は修行の場であり、多くの苦勞を乗り越えることに人生の意味がある。
- 夢を持つ 夢を目標にする 目標を実現する 人生の価値を高める。



# NITTAIファーストキャリア・シート

入学おめでとう。これからの学生生活について考えてみよう。

大学生活は生涯にわたるキャリア形成の第一歩で、生き方の基礎となっていて、学生生活を充実させるためには、目標を持って生活を送ることが大切です。



入学目的	友人からの一言

学生生活の目標	友人からの一言

そのための努力は	友人からの一言

将来の夢	友人からの一言

名

名

担任から一言

# キャリアマトリックスの活用の課題



- パソコンを使って授業ができる施設がない。
- 学生が自分のパソコンをもっていない。
- WEB接続できて自由に使用できるパソコンはキャリア支援課と学生ホールに10台程度ある。
- キャリアマトリックスの教員への周知は困難。
- 3学年の総合演習で紹介している。
- キャリア支援課の職員に活用させたいが、研修の機会が取れていない。

## キャリアマトリックス使用のアンケート



キャリアマトリックスのホームページを使って、使いやすさや効果などについて質問します。  
該当する項目を○で囲んでください。

### 1. 使いやすさはどうでしたか？

- ①とてもわかりにくい    ②わかりにくい    ③どちらとも言えない    ④わかりやすい    ⑤とてもわかりやすい
- ①とても使いにくい    ②使いにくい    ③どちらとも言えない    ④使いやすい    ⑤とても使いやすい
- ①とても難しい    ②難しい    ③どちらとも言えない    ④やさしい    ⑤とてもやさしい

### 2. 自分の職業適性を知るのに役に立ちましたか。

- ①まるで役に立たない    ②役に立たない    ③どちらとも言えない    ④役に立った    ⑤とても役に立った

### 3. 職業について知るのに役に立ちましたか。

- ①まるで役に立たない    ②役に立たない    ③どちらとも言えない    ④役に立った    ⑤とても役に立った

### 4. 就職先を考えるのに役に立ちそうですか。

- ①まるで役に立たない    ②役に立たない    ③どちらとも言えない    ④役に立った    ⑤とても役に立った

### 5. これからの生き方を考えるのに役に立ちそうですか。

- ①まるで役に立たない    ②役に立たない    ③どちらとも言えない    ④役に立った    ⑤とても役に立った

### 6. 使ってみた感想を書いてください。

### 7. 改善について要望などがあれば書いてください。

# キャリアマトリックスに対するアンケート



- 1. 使いやすさはどうでしたか？
- わかりやすい 3.5
- 使いやすい 3.5
- やさしい 3.5
- 2. 自分の職業適性を知るのに役に立ちましたか。 3.8
- 3. 職業について知るのに役に立ちましたか。 4.8
- 4. 就職先を考えるのに役に立ちそうですか。 3.5
- 5. これからの生き方を考えるのに役に立ちそうですか。 3.3

# 学生の意見(感想)



- 職種がたくさんあって、その職業に就くまでの経緯や資格などが詳しく記載されていて、わかりやすかった。
- かなり沢山の情報が載っていて、参考になりました。
- 職業についても説明があり、今までに見たことのないものでした。
- 今週のご紹介、今週のテーマがよい。
- 開いて初めて目に入ったとき、漢字とカタカナの多さとページ全体が堅い感じで難しそうな印象が強い。
- やり始めると興味がわいてきたり、もっと詳しいサイトにもとべるのがよかったです。
- 特に用語集と映像を見られるのがわかりやすく興味をわきやすい。

# 学生の意見(要望等)

- 学生に対する職業適性検査の質問項目がわかりづらく、本当に順位が上の職業に適性があるのか疑問に思った。
- 情報が多い分、初めての画面を見たとき、何かをクリックしたらよいか迷いました。
- 「～ときには？」など自分の気持ちなどに問いかけた項目がタイトルになっていると入りやすいです。
- 今週のご紹介などに、今までの履歴があるとわかりやすいと思った。