

心理科学基礎

副題：自己理解と進路選択

《担当者名》管野 智子 ( 非常勤講師 kannno-shinri@hoku-iryo-u.ac.jp )

【概要】

学生から社会人になる時期、事前準備に必要な「自己理解」について学ぶ科目。自己理解を早い段階で行うことは今後の学生生活の方向性、職業選択、必要なスキルなど未来への選択肢を広げることにつながる。自己を表現するために多角的、実践的な自己理解を体験・紹介する。

【学修目標】

・就職活動、就職に向けた事前準備の学修 ・自己を表現するキーワード、表現方法、活用方法の学修

【学修内容】

回	テーマ	授業内容および学修課題	担当者
1	ガイダンス	授業内容の説明 現在の自己理解度を知る	管野 智子
2	自己理解 職業種類と求人票の見方	職業種類の理解、求人票のポイントを理解する	管野 智子
3	自己理解 事前準備の重要性	行うべき事前準備の種類と順番を理解する	管野 智子
4	自己理解 様々なシートを使用した自己理解	様々なシートを活用した「強み」「長所」 「モチベーション管理」の実践	管野 智子
5	自己の棚卸・ジョブカード活用	専門シートを使用した自己の棚卸、 ジョブカードの活用方法を学修する	管野 智子
6	模擬エントリー	模擬エントリーに活用する求人票の見るポイントを確認する	管野 智子
7	模擬エントリー	求人票を使用し模擬エントリーを作成する	管野 智子
8	自己理解	模擬エントリーを使用し、自己表現を学修する	管野 智子

【授業実施形態】

面接授業と遠隔授業の併用

授業実施形態は、各学部（研究科）、学環、学校の授業実施方針による

【評価方法】

授業への取り組み態度（ジョブカード・模擬エントリー）20%、  
期末レポート80%で評価する

【教科書】

使用しない。

【参考書】

使用しない。

【備考】

都度必要な説明資料・ワークシートを配布する

【学修の準備】

各回、個別指示が出された場合は、その指示に従って準備すること  
1回あたり予習時間：80分程度、1回あたり復習時間：80分程度

【ディプロマ・ポリシー（学位授与方針）との関連】

DP7 社会の変化を見通し、自己のキャリアを構築する力を修得している。

DP1 心身の健康を保持し学修を継続できる基本的態度と知識・技能を身につけている。

DP7「進路支援科目」に該当。自己理解を通じたキャリア構築（DP7）を目指す。  
上記、心理科学部ディプロマ・ポリシーに適合している。

【実務経験】

キャリアコンサルタント資格

**【実務経験を活かした教育内容】**

キャリアコンサルタントとしてのキャリアコンサルティングの実戦経験が豊富である。