教養教育科目 | 講義科目

| 授業科目名 | 女性のためのキャリア・デザイン | 科目コード | 配当年次 | 単位 |
|---|---|---|---|---|
| 担当教員 | 増野　洋子 | GA33 | 2 | 2 |

## 科目の概要

キャリア心理学の視点を踏まえて、実際に自分のキャリアについて幅広く考える科目である。個人が自らのライフスタイルを選択し、自分自身の人生を自分でデザインしていくための考え方の枠組みや情報について学習する。また、自らのキャリアについて考えるにあたり、職業人としてのキャリアだけではなく、家庭や地域社会など様々な場面における役割の相対としてのキャリア（マルチ･キャリア）について多面的に考え、キャリア・デザインをしていく。

## 科目の到達目標

①キャリアに関する様々な理論の特徴やメカニズムをよく理解し、それら理論に基づいて自分の経験やキャリアを振り返り、自分自身の今後のキャリアに考察を加えまとめることができる。
②「ライフ・キャリア・レインボー」理論を理解し、人生や生活全般における私たちの役割の多様性・多重性を、自分自身に当てはめ、実際のキャリアを構築する方向性を説明することができる。

| テキスト | 『キャリア・コンストラクション ワークブック』安達 智子 他,金子書房,2013年 |
|---|---|

## テキストの読み方

①キャリアに関する基本的な理論の考え方や定義、用語の意味について理解しながら読み進める。
②キャリアに関する理論の背景と概念をよく理解し、実際の適用方法について考えながら読み進める。
③テキストの表題でもあるキャリア構築という考え方・発想を特に理解しながら読み進める。
④ライフ・キャリア・レインボーの考え方に基づき、自身の人生や生活における役割の多重性を振り返りながら読み進める。
※以上の観点から、自分自身のキャリアの今後の方向性を見いだすため、各章末のワークに取り組むことで理解の促進や自身のキャリアのあり方をイメージすることにつながる（自学自習でワークを活用）。

## 単位修得の方法

リポート課題を提出し、60点以上であれば合格となり、科目修得試験を受験できる。科目修得試験の得点が60点以上であれば合格となり、評価が確定し、２単位を修得できる。