

就職活動のゴール設定とソリューションフォーカス

キャリア ソリューションニスト 本田勝裕

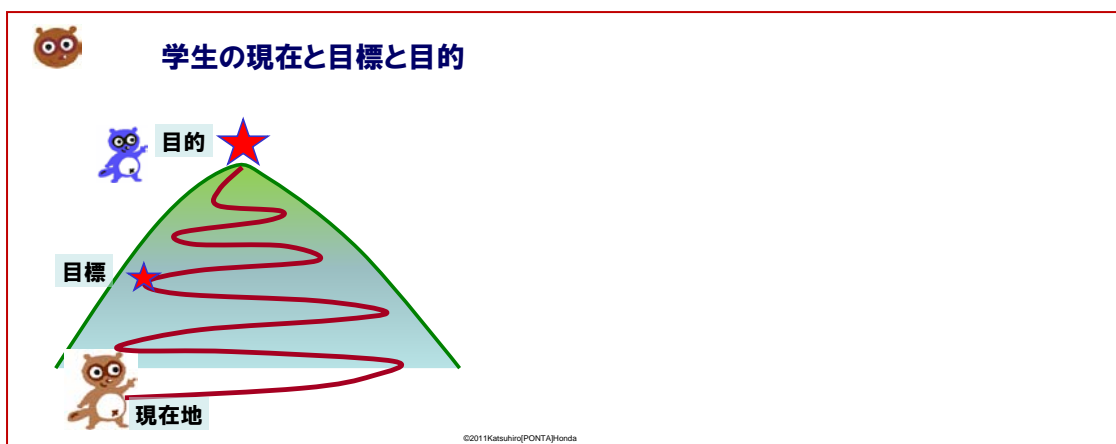
<http://www.ponta.co.jp>

■ 問題と解決

- 問題についての問いかけは問題を生み、解決についての問いは解決を生む。

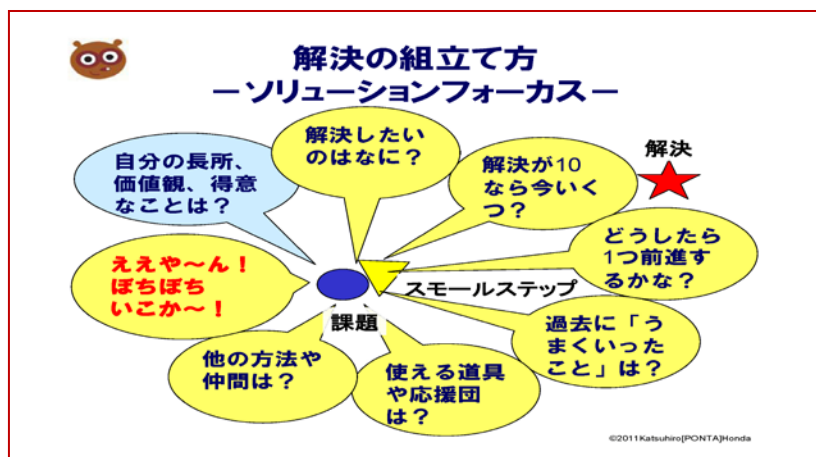
by Steve de Shazer(スティーブ ド シェーザー;精神療法家)

■ 学生の現在地と目標と目的



- 変化する時代・変化する学生・変化と変化の組合せ
- 就職＝キャリアデザインのなかの選択肢の一つ
- 我々の立ち位置(リスクと主体性の観点から)

■ 支援方法としてのコーチングそしてソリューションフォーカス



- 徹底的に HOW を問うことから、可能性を引き出してゆく
- できるだけシンプルなもので、主体的に日常化させること

■ ソリューションフォーカスの理論ベース“SIMPLE ルート”

THE SIMPLE ROUTE

Solutions - not problems

Inbetween - not individual

Make use of what's there - not what isn't

Possibilities - from past, present and future

Language - clear not Complicated

Every case is different - beware ill-fitting theory

SIMPLE sfwork

マーク マカーゴウ氏 PhD MBA

■ ソリューションフォーカスの理論実践の一つ“OSKAR モデル”

OSKAR	目的	質問キーワード
1. Outcome	欲しい結果(ゴール)	「なにを達成しようとしているの？」
2. Scale	スケール(ものさし)	「達成を 10 としたら今いくつくらい？」 「3」 「どこまで進んでいるの？」 「なにが達成されているの？」
3. Know-how	ノウハウ	「どうすれば 4 になるかな？」 「なにがあれば 4 になるかな？」 「ほかには？」
4. Affirm & Action	OK(肯定)メッセージ 実行	「それいいねえ！」 「よしやってみよう」
5. Review	振り返り	「どうだった？」 「どこがうまくいった？」

※OSKAR モデルはポール Z. ジャクソン氏作成 ※日本語翻訳および質問ワード集は青木安輝氏作成

■ ソリューションフォーカスの活用方法・テキストへの反映(すべての授業で活用)



■ 受ける授業から、作る授業・作るキャリアへ ■

まず君に質問！

◆【WHYの問いかけ】あなたはなぜこの授業を選んだの？

「おもしろそうだったから」「進路に不安があるから」「単位取得のため」などなど。このなかにあなただの答えはある？それとも違う答えがある？考えてみて。

この問いは「動機」についての質問。講師に答える必要なし。今から始まるこの授業の主役は講師ではなく、あなた。就職活動するのもあなた。自分の動機を軸に、授業とその向こう側の将来(キャリア)を作ろう(デザイン)。では次の質問。

◆【HOWの問いかけ】あなたはこの授業が終わる来年1月10日、どうなっていたい？自分の理想の姿を想像しよう。

「やりたい仕事を見つけている」「公務員や教員になるか企業に就職するかを決めている」「人と話すのが得意になっている」などなど。他に理想の自分の姿はあるかな？考えよう。

これを目標という。それも「自分で作る目標」。その目標にむかって90分の授業を作っていこう。そして一回の授業で、一歩その「理想の目標」に近づいていこう。

つまりこの授業は「受ける授業」ではなく、自分の考えと相手への問いを重ねながら「作る授業」。しかし「動機」と「目標」が明確になっていたとしても、それを一人で「悩んでいる」だけで終わらせてはつまらない。ここは授業。異なる動機と異なる目標をもつ人が集まる場所。「共感したり発見できる意見やアイデアの箱」に僕はいる。つまり就職を中心にした多様なキャリアデザインの方法論と実践が可能になるところ。異なる仲間、新しい仲間とともに、お互いにHOW?を問いかけながら多元性・多様性・複眼性をそなえよう。

それに自分の将来は決して「ひとつ」ではなく「いろいろ」。理想の姿も途中で変わるかもしれない。それもまたOK。つまり現時点で将来の目標が明確でなくてもいいのだ。これから見つけにいけばいいのだ。ただ講師として譲れないメッセージは以下の2点。

OPEN & SHARE

公開し共有する者が社会人(社会で役立つ人)になる

強くて弾力性のある自分エンジン

変化に対応できる強さと弾力性は自分に最適なエンジンになる

同意の学生は、次のページを開いて、授業を作りながら一歩、自分の理想へ近づこう。

ところで君の動機と理想ってなんだっけ？

【講師】キャリアソリューションスト 本田勝裕

- 1 -

©2011KATSUHIRO[PONTA]HONDA
無断転用厳禁

※四天王寺大学授業「キャリアゼミ」テキストより

■ 解決して、成果を生み出すための試み

- 講義: 厳しさとハイタッチ(空気のネガ・ポジ転換)

- ワークショップ: 短時間セッション×n回(社会人基礎力の3要点 ①前に踏み出す力②考え抜く力③チームワークで働く力)

- 宿題: スモールステップでできることを一つやってくる。確認は学生同士。やらなかったことを後悔させない。(過去と人を変えようとせず、未来と関係を変えてゆく)

- 模擬面接: ノイズとしての BGM・エアロスミス(密度の低い場合・少人数の場合に有効)

- 模擬グループワーク: ①自分の役割を決めて参画し協力すること ②競争に勝つこと(協力と競争の楽しさを体感)

- レポート: ソリューションフォーカスに基づいたコメントを入れて、翌週返却(感想や評価だけではなく、スモールステップを問う)

- 評価における自己採点の導入: 自己責任と講師採点を 50 点ずつ評価(自己採点における自由・成長と変化。一つの正解のないキャリアデザイン授業では必要な評価方法)

- 寄り添うことで事実をつかむ方法①ネット編: Facebook「ポンタ学生広場」
<http://www.facebook.com/katsuhiro.p.honda>

- 寄り添うことで事実をつかむ方法②現場編: 「キャリアぷらっとフォーム」(学外就職部)
<http://career-platform.com/>

- 「モギ就」模擬体験と、フィードバックシステムとしての OSKAR モデル

➤ ワーク例・言葉のネガ・ポジ転換(以下のネガティブな言葉をポジティブに転換しよう)

例)むずかしいな → _____

例)「悩んでるんです」に対して → _____

※ ポンタキャリアカレッジ「自分マーケティング」テキストより

◎以上の試みの写真を、レジュメ巻末に一部掲載◎

➤ ソリューションフォーカスを使った授業後アンケート項目の作成、分析、活用(4 大学 5 学部)

- ① この授業を受講する前に描いていた、あなたが学生生活を過ごしている理想的な目標と、授業を受けてから描く、あなたが学生生活を過ごしている理想的な目標の違いは何ですか？
- ② 授業スタート時の状態が 1 で、理想の目標が 10 だとしたら今いくつですか？今の状態にチェックを入れてください。
- ③ その数値になるまでに、あなたに起こった小さな変化はなんですか？意識するようになったこと、やってみたことで、感じた自分の変化など。ささいなことも良いですから、思いつくままに書いてみてください。
- ④ ②で答えた数値を一つ上げるために、なにができますか？なにがあればいいですか？誰かのサポートは得られますか？思いつくままに書いてください。
- ⑤ 質問は以上です。ありがとうございました。ここは自由記入です。書ききれなかったことや、講師に伝えたいことをお書きください。ただし「したい」「思う」表現は避け、「する」「してゆく」表現を使いましょう。

※ PCリテラシー向上のため、携帯ではなくPC活用に限定

※ 強制はせず、自主的に回答した人が、さらにスモールステップが描けるように設計

※ 共通質問をすることで、大学の特色と次年度の解決策のリソースにする

※ 定点観測するため、年度ごとの変化も分析可能

■ ソリューションフォーカスを使った授業後アンケート(すべての授業で実施)

① 2011 年度前期授業のレポートから(私立短期大学部)

大学短期大学部授業「キャリアデザイン論」レポート

この授業で学んだことについて質問します。授業を始めた頃、テキストの P.2 に学生生活の現実的な目標と理想の目標を立てましたね。テキスト全般を見返しながら答えてみてください。

Q.1 この授業を受講する前に描いていた、あなたが学生生活を過ごしている理想的な目標と、授業を受けてから描く、あなたが学生生活を過ごしている理想的な目標の違いは何ですか？

人を見ただ目で判断し、苦手なタイプの友達と話す時に友だちになるようにしない。
人見知りをして自分から話しかけようのになんか時間が必ず。
そんな事を卒業する。という目標でしたが、この目標は変わっていません。

② 2011 年度前期授業のレポートから(私立短期大学部)

大学短期大学部授業「キャリアデザイン論」レポート



この授業で学んだことについて質問します。授業を始めた頃、テキストの P.2 に学生生活の現実的な目標と理想の目標を立てましたね。テキスト全般を見返しながら答えてみてください。

Q.1 この授業を受講する前に描いていた、あなたが学生生活を過ごしている理想的な目標と、授業を受けてから描く、あなたが学生生活を過ごしている理想的な目標の違いは何ですか？

この授業を受講するまでは、現実的に考え、目先の事に対する目標を立てているだけだったが、受講後に描いた目標では本当になりたい自分が具体的にあらわれていて、スケールも全く違う。

Q.2 授業スタート時の状態が1で、理想の目標が10だとしたら今いくつですか？今の状態にチェックを入れてください。

			✓						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Q.3 その数値になるまでに、あなたに起こった小さな変化はなんですか？意識するようになったこと、やってみたことで、感じた自分の変化など。ささいなことでも良いですから、思いっくまに書いてみてください。

- ・考えるよりも行動するようになり、気になることがあればすぐに調べようになった。
- ・何事にも積極的に取り組めるようになった。
- ・自分が将来就きたいと考える仕事について、その仕事に就くためにはまず何が必要かを調べて、具体的にまとめるようになった。

Q.4 Q.2 で答えた数値を一つ上げるために、なにができますか？なにがあればいいですか？誰かのサポートは得られますか？これも思いっくまに書いてください。

まず編入学をするために TOEIC 400 点以上を取って条件を満たす。そのために、まず語彙を増やして、TOEIC 900 点越えの女市に問題の解き方のコツや傾向などを教えてもらう。

>裏面へつづく

このレポートは個人情報を除いて、本田勝裕がソリューションフォーカスの学会などで活用することがあります。

■「モギ就」模擬体験と、フィードバックシステムとしての OSKAR モデル

プラクティカルキャリアデザイン科目集中講座
キャリアデザイン『模擬就職活動（モギ就）』

モギ就のねらい

- ・選考プロセスを個別に指導することが目的ではありません。
- ・就活のプロセスを体験し流れを知ること、早期の課題解決と対策を可能にする。

概要とスケジュール

9/26 (月)	▶ オリエンテーション この講座(モギ就)の概要説明。 就職活動の全体像・スケジュール感について。 ナビサイト(モギナビ)に登録 ； 企業にプレエントリー	全体の説明と、10/10 からよりリアルにやることを伝える。 PC を使ってウェブエントリー。2 社から 1 社選択。
10/10 (月)	▶ 会社説明会 自身でエントリーした会社の説明会に擬似的に参加してみよう。 メモを取るもよし！質問するもよし！君はどんなふうに参加する？ エントリーシート作成 ； (10月24日まで)	ここからは指導なし。どう会社説明会に参加するかは、学生の自主性に委ねる。 エントリーシートも可否を出す。採用基準を明文化しておく。
10/17 (月)	▶ OB・OG訪問会 実際にその業界で働く社員に話を聞いてみよう。 リアルな体験談を通じて業界・業種・職種を知ろう。	社会人ボランティアに協力してもらい、よりリアルな「日常の仕事」を伝えてもらう。Webテストも抜き打ちで実施する。可否通知。
10/24 (月)	▶ グループディスカッション(GD) 苦手とする学生が多いのがこのグループディスカッション。 演じる？自然体でいく？うまくできる？みんなはどうしてる？さあ、体験！	グループディスカッションでは、明確な採用基準をもとに可否を出し、理由を解説。
10/31 (月)	▶ 面接 本講義で体験するのは集団面接。 座学では伝わらない臨場感、やってみて分かる自分の課題。	面接でも、明確な採用基準をもとに可否を出し、理由を解説。社会人ボランティアには主観を加えないように指示。

学生が自主的に必要だと感じた、テーマ別セミナーやワークショップ、対策講座を連動させてゆくの理想的であり現実的。

※甲南大学 2011 年度後期・プラクティカルキャリアデザイン授業集中講座資料より

※「モギ就」は株式会社日本キャリアセンターとの提携で実施<http://career-platform.com/>

- 可否にかかわらず、次の選考には進む。GD や面接はその直後に可否通知。それ以外は翌週以降、教室で通知。

■ 授業・講演・ワークショップ写真集



北星学園大学キャリアプログラム
600人でも対話がベース



甲南大学キャリア授業
400人授業でも対話がベース



関西学院大学低学年マスコミ就職プログラム①
ゲストデイ、最初は講義型で着席



関西学院大学低学年マスコミ就職プログラム②
机を外して距離を近づける



関西学院大学低学年マスコミ就職プログラム③
ゲストに分散してもらい、さらにコミット



龍谷大学授業「キャリアデザイン論」
4人でグループワーク



中村学園大学就職プログラム
3人で面接トレーニング



仙台・デユナミス就職セミナー
講師が学生にコミットメント



京都キャリアカレッジ
社会人もワークショップでキャリアデザイン



ポインタキャリアカレッジ「自分コミュニケーション」
第一印象とジャストルックの異なり



甲南女子大学ビジネスウーマン塾
制服を着て緊張感を持たせつつグループワーク



北星学園大学2年生後期プログラム
可動式の机と椅子は理想的

◆この資料はすべて本田勝裕のウェブサイト「ポインタのキャリアゼミ」トップページに、pdf形式で掲載いたします。<http://www.ponta.co.jp>