

キャリアデザインシート～入学前編～【下書き用】

DATE

氏名 共立花子

1. 今の自分について考えてみよう

あなたは大学・短期大学に入学して、何をしてみたいですか？

これからの学生生活を充実させるために、今の自分について考えてみましょう。

①なぜ共立女子大学・共立女子短期大学を選んだのですか？（共立を選んだ理由）

オープンキャンパスで先輩のお話を聞き、共立女子大学の温かい雰囲気を感じて、この大学に入りたいと思いました。また、教授と学生の距離感が近いという点も、この大学を選んだ理由の一つです。

②なぜ今の学部・学科を選んだのですか？（学部・科を選んだ理由）

私は、オープンキャンパスのリーダーシップの体験授業で、リーダーシップを学びたい！と強く思い、ビジネス学部を選びました。この学部で、グループワークを通して、仲間と共にたくましく学ぶことができます。

③学生生活を迎える今の気持ちはどうですか？（今の気持ち）

私は地方出身なので、友達が作れるか少し不安です。ですが、自分が学びたかったリーダーシップについて学ぶことは、とても楽しみです！
たくましく人の出会いも大切にして4年間を過ごしていきたいと思います。

2. これまでの自分を振り返ってみよう

なりたい自分を描く材料として、自分に起こった過去の出来事を冷静に振り返ってみましょう。

①中学校～高校までを振り返り満足度の高かったことや低かったことを挙げ、その経験によってどう成長したか記入してみましょう。

(例) 中学時代：親友との出会い、高校時代：都大会で入賞・部活のキャプテンになる。

(例) 中学時代：インフルエンザで合唱コンクールに欠席、
高校時代：部活を引退して燃え尽き症候群になる。

満足度(高) 高校：オーストラリア・イギリスへの短期留学

⇒新しい環境に飛びこんでいく勇気を身に付けられた。

満足度(低) 中学：部活でのけがで大会に出られなかった

高校：頑張ったテストで良い点数が取れなかった

⇒うまくいかない時、環境にも・締め切り目標を持ち続ける大切さを学んだ。

3. これからの目標を立ててみよう

未来の自分に向けて、あなたなりの学生生活の目標について考えてみましょう。

①夏休みまでの目標とその理由を記入してみましょう。また、実現するためにどのようにしたら良いでしょうか？

【目標と理由】

コトが落ちた時に、留学に行けるように、
TOEIC 600点を目標に英語の勉強をする！

【実現に向けて】

まずは30分が良いので、毎日英語を勉強する。
海外のテレビを見て、英語に触れる機会を多くする。

②在学中の目標とその理由を記入してみましょう。また、実現するためにどのようにしたら良いでしょうか？

【目標と理由】

たくましく人と関わり、たくましく考え方や知識を身に付ける。

【実現に向けて】

多様な人との関わりを持つために、サークルやアルバイトを始めたい。先輩との関わりも深めて、就職活動のことなど、早くから取りくみたい。