

1 キャリアポートフォリオを作る (4月)

Aは、組織や社会が提供する共通して求めるスペック、標準的なもの。Cは、その人だけの唯一のもの、もって生まれた自分の内から湧き上がるもの。Bは、AとCの境で行われるもの。これまで社会や組織はAを求めて、ポートフォリオに入れる対象とし評価してきた。しかしこれからは、一人ひとりのCに眼差しを注ぎ活かしBへつながるようにしよう。だから、さあ！ポートフォリオにAもBもCもたっぷり入れよう！とくにCを入れよう！Cはもって生まれた内から湧くものだから



ポートフォリオの中身

A 『学習・研修・専門・スキル・研究』がわかるもの

…取得資格、資格やスキルを発揮したシーン、成果に結びついた経験

B 『人間性・社会性・挑戦心、自らを変化させる力』がわかるもの

…社会貢献、信頼されまかされた実績、継続性、新しいことへのトライが分かるものなど

C 『資質・才能・感性・持ち味・得意』がわかるもの

……作品、企画、成果など

2 キャリアポートフォリオで自分を語る(7月)

ポートフォリオにこれが私です！の箇所と「B」「C」や自分が頑張れたところに付箋を貼り、その箇所を中心に他者になぜ頑張ることができたのか、そのおもい、その工夫、そこから得た価値あることを「語る」。(本のセルフコーチングページ参照)
ストーリーで語り、ストーリーで聴くためには、アタマのなかにシーンが浮かぶように…。

① 準備 自分のポートフォリオに付箋を貼る

身につく力 □客観的に自分を見るメタ認知力 □経験を価値化できる感性

② プレゼン

身につく力 □目の前の人へ“見せながら伝える力”
□ストーリーで語れる力



対象:これまでいっしょにプロジェクト学習をしてきた人 ・これまで会ったことがない人

3 キャリアポートフォリオで資質を発見する(7月)

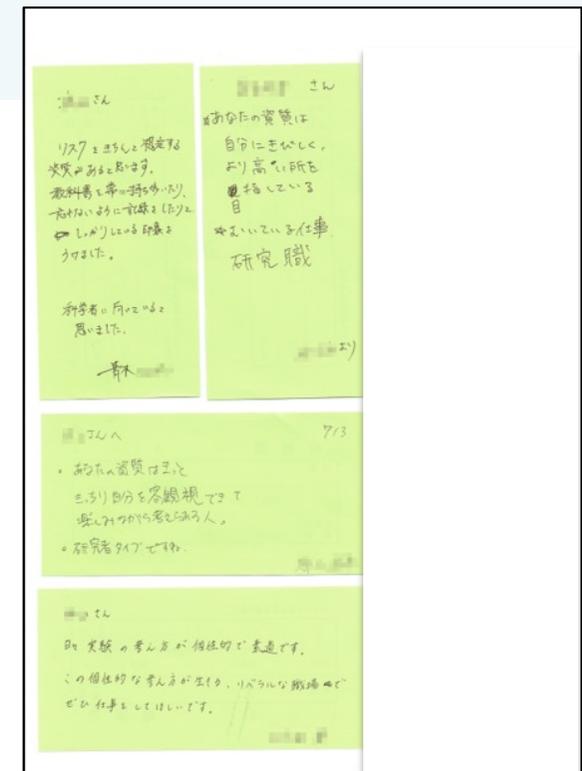
ポートフォリオで「自分プレゼン」を聞いたあと、その人の良さや資質、向いていると思うことをカードに書いてあげる。数人からもらったカードは、A4サイズの紙にすべて見えるように貼る。それをみて自分の資質やしたいことを考え、紙の余白に書く。

1 自分をよく知る仲間から良さや資質を発見してもらう

- ① 自分をよく知る仲間から、自分の良さや資質を発見してもらう。
例) 「あなたは、○○なムードづくりができる」

2 上をみて自分の資質を考えてみる

- ② 「資質発見シート」の左側に、仲間からもらったカードを貼る
- ③ 「資質発見シート」の右側に、持って生まれた大切なものを書く



4 資質をいかしてキャリアビジョンを描く(9月)

時間をおいて、自分のキャリアビジョンを、のびやかに描いてみる。
ビジョンを実現するために、今できる具体的な行動を考える。
まずは、現状をみる。コーチング「いまはどうなの？」

ありたい像（キャリアビジョン）を描く

どうなりたいの？ いまはどうなの？

足りない A (足せばいいもの……学び、研修、情報の獲得、仕事) が見える！

<「ビジョンを行動化する」シート>

- ① 自分がどうなりたいのか？ を書こう
- ② ①のキーワードに着目しよう
- ③ キーワード、その意味を考える、調べる、書く
- ④ そのための具体的な行動を箇条書きで一つひとつ書き出そう
- ⑤ その行動を意識してやってみよう！（新聞を読むなど）
☆ ☆ ☆
- ⑥ 現状をみて何が出来て、何が出来てないか印をつけよう
- ⑦ 「なぜできないのか、どうすればできるようになるのか」セルフコーチングしよう

シンクタンク未来教育ビジョン < ビジョンを行動化するシート >

① 自分がどうなりたいのか？

↓

② キーワード ③ キーワードの意味を書こう！

↓

④ 具体的にどうする？

「ビジョンを行動化する」シート

5 ビジョンを叶える行動構想へ (11~12月)

どうしたら、資質を活かして生きていけるか、考える。
C→Bの順に書く。Aは、どんなことを身につけたらよいのか、具体的に考える。

C 『資質・才能・感性・持ち味・得意』

↓
何で生きていく? 「 」

B 『人間性・社会性・挑戦心、自らを変化させる力』

↓
何をする? 「 」

A 『学習・研修・専門・スキル・研究』

何が必要? 「 」 *具体的に



6 キャリアプラットフォームに落とし込む(翌年2月)

「キャリアプラットフォーム」に落とし込み、実行しはじめる。

4月からの1年間で期間設定もできれば、長期にわたるキャリアストーリーをひと目で見渡せるように10~15年間の設定にすることも可能です。

ご褒美予定やCやBも書き込もう！

< キャリアプラットフォームのシート >

シートの上部に年月を記入します。

- ① a欄に、自分がやってきた特筆すべき仕事や経験を記入します。
- ② b欄に、a欄の「仕事や経験」を通して獲得した知識やスキルなどの「身につけた知」、「これから獲得したい知」を書き入れます。
- ③ c欄に、b欄の「知」をさらに獲得するためにどういう手段で学ぶのかを書きます。

キャリアプラットフォーム													
自由記帳欄		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	a												
	b												
	c												

「キャリアプラットフォーム」のシート



(鈴木敏患者「キャリアストーリーをポートフォリオで実現する」日本看護協会出版会) <http://www.suzuki-toshie.net/>