

キャリア教育授業 自己理解



R-CAP パーソナリティ 徹底活用 「行動の中に 自分の個性を探ろう！」

訓練される能力 (効果) 内容○ 教授法△	自己理解	コミュニケーション	情報収集・探索	職業(学問)理解	役割把握・認識	計画実行	選択	課題解決
	○	△						

学習のねらい	①自分の行動や考え方のくせを知る 客観的な評価基準であるR-CAPの診断結果を基に、「自分にはどんな行動や考え方のくせ（よくとりがちな行動やしがちな考え方）があるか」「自分には他人と比べてどんな個性があるか」を認識していく。	②失敗しがちな行動の対応策を考える 自分のことをしっかりと理解できていると、自分の個性をより活かすことができる。失敗しがちな行動のくせを理解することで、将来の仕事や生活、勉強方法にも自分の個性を生かすためには何を注意したらいいのか考えていく。
---------------	--	---

授業時間	50分	授業前の準備ポイント	ワークシートの進め方を確認しておく
-------------	-----	-------------------	-------------------

当日 必要なもの	講師 ●配付用資料 ☐ 「行動の中に自分の個性を探ろう！」ワークシート ●先生用資料 ☐ R-CAPの結果	生徒
		☐ R-CAPの結果一式 ☐ 筆記用具

T3-001

※本テキストの著作権は、株式会社リアセックに帰属していますので、本テキストの著作権が他者に帰属するような表示及び言及をしてはなりません。
※高校生向けのキャリアや進路に関する授業・セミナー以外の目的で本テキストを使用することはできません。

株式会社リアセック R-CAP事務局 <http://www.r-cap.net/teens/>

授業展開のための実践ヒント

ポイント	◎自分の行動の特徴から、自分の個性を理解する
------	------------------------

時間	展開	内容・進め方	留意点
5分	【導入】 授業内容の説明  R-CAP／パーソナリティ・タイプ」  R-CAP／要約版（先生用）	● R-CAPの結果を生徒が持ってきているかを確認する。 ● R-CAPの結果を持ってきていない人には、要約版を配布（授業の最後に回収） ・「今日は、R-CAPの『パーソナリティ・タイプ』を使って自分にはどのような行動や考え方の特徴（よくとりがちな行動やしがちな考え方）があるのかを考えていきます」 ・「パーソナリティとは、その人らしい行動の傾向を生み出すものを指しています。人間には、誰でもその人らしい振る舞い方、行動の仕方、考え方があります。その人の内にある一貫した持続的な傾向をパーソナリティと言います。簡単な言葉に言い換えると、『個性』とか『自分らしさ』ですね。みなさんは、自分の個性や自分らしいと感じる部分についてどのように思っていますか？ どれくらい自分の特徴について理解していますか？ 自分をのことをしっかりと理解できていると、自分の個性をより活かすことができます。将来の仕事や生活、勉強方法もそうですね。人の個性によって、勉強の仕方ややりやすいと感じる方法が違ってきます」 ・「そこで、今日は自分について考える時間を持ちます。特に、普段意識している自分だけでなく、無意識のうちに実はやっていたことや気がついていなかった自分の側面について知ることでもできるように、ワークシートを一緒にやっていきます。普段の生活で、自分らしさをより活かしていったり、また周囲の人とのより良い関係作りなどにつなげていってください」	
10分	【展開1】 考え方や価値観の違いを体感する  「行動の中に自分の個性を探ろう！」ワークシート	● 「行動の中に自分の個性を探ろう！」ワークシートの配布 【EXERCISE 1】 ・「まずは、簡単な質問です。あなたは、ヨットでクルージング中に嵐にあい、遭難してしまいました。気が付いたら 無人島にひとり。途方にふれていたら、箱が一つ流れてきました。さて、あなたは何が入っていたら嬉しいですか、またその理由を考えてください」 ・「『A）お気に入りの本、B）子犬、C）ライター、D）一週間分の食料』。4つの中から選んで、ワークシートの「EXERCISE 1 『私が選んだのは・・・』」に書き込んでください。また、それを選んだ理由も書いてください」	※3～4人のグループに分けてすわらせる。 ※個人作業時間は5分ぐらいにする。書き終わらない生徒は、グループ発表のときに口頭で加えて話す。

時間	展開	内容・進め方	留意点
		【EXERCISE 1】のまとめ ・グループ内で書いた内容をお互いに発表。 ・全体での共有。何人かの生徒をあてて、人によって選択内容とその理由が異なることを教室全体で共有する。 ・「このゲームを通して伝えたかったのは、<u>同じ状況・同じ問題にぶつかった時に、どれだけ人によってとる反応や判断が違うか</u>ということです」 ・「普段、自分の考え方や行動が他の人と一緒じゃないと不安になったり、迷ったりするときがあると思います。しかし、実は違って当たり前なんですね。むしろそんな違いがみなさんの個性とか自分らしさの部分でもあります」 ・「では、今度はR-CAPの結果を使ってより客観的に自分について考えていきましょう」 ・「R-CAPの診断結果9/9 ページを開いてください」	
30分	《展開2》 自分の行動のくせを理解する  「行動の中に自分の個性を探ろう！」ワークシート	【EXERCISE 2】 1) R-CAPのパーソナリティ・タイプ「あなたへのアドバイス」を読んで、「本当にそうだなあ」と思いあたることのある文章に下線をひく。 2) 「あなたへのアドバイス」の中で書かれている注意点から、「確かに注意する必要がある」と思った文章を一つ書き出す。 3) これまでの失敗経験から上の注意点が当てはまると思う経験談を一つ書き出す。 【EXERCISE 3】 ・「1）Exercise 2 で書いた失敗経験を振り返って、もしその場面をやり直して同じ失敗を繰り返さないようにするとしたら、どのようにすればよいと思いますか？」 ・「ヒントとして、自分とR-CAPの結果が反対の人の行動特性（よくとる行動）を見てみてください。参考になりそうな方法だと思ったものには、○をしてください。また、自分なりにも考えて『その他』の欄に書いてみてください」 ・2) グループ内で感想交換⇒参考になったヒントがあったかどうか、なかった人は他にどんな方法があるかをグループ内で話し合う。	※時間がなければ、2) はカットする。
5分	まとめ	・ワークシートの回収（後日、先生が内容を確認してから返却）。	