

「マイステップ」と「学修履歴証明書」をキャリア形成に活用しよう

学生の皆さんは普段、どのように自分の学びに向き合っているのでしょうか。

大学では高校までとは異なり、自分の興味・関心にあった学びを深めるために、もしくは将来就きたい仕事に関連する資格取得等のために、自ら授業科目を選択（履修計画）していきます。そのため、学ぶ内容や方略を自分でデザインする機会が多くなっています。さらに、大学を卒業して社会に出るとより一層、置かれた環境や目の前の課題に応じて必要な学びを行うことが要求されます。

したがって大学では、授業科目で求められる知識や技能を修得するだけでなく、自律的に学び続ける力（自律的学習能力）を高めることが重要です（図1）。

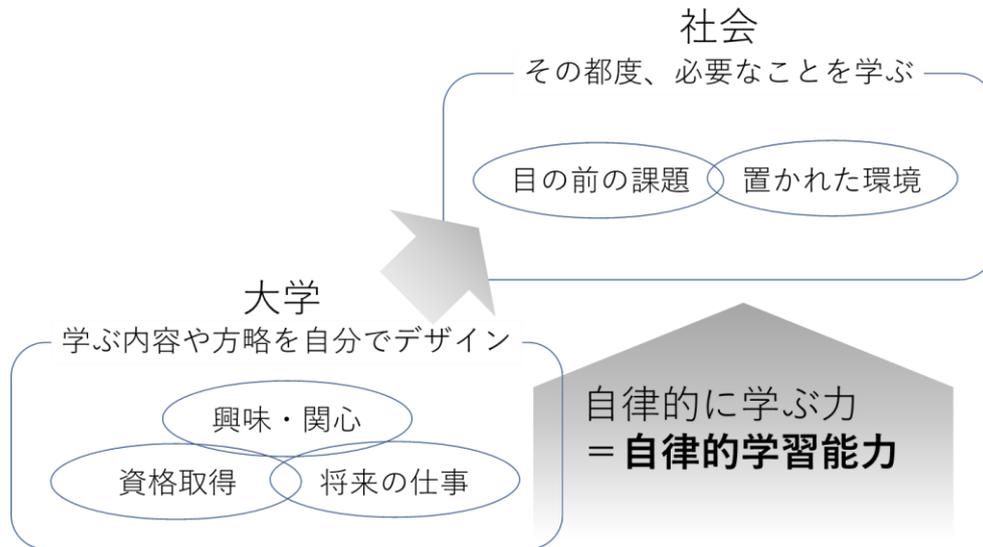


図1 大学での学びから社会での学びへの移行に関連する自律的学習能力

自律的学習能力を高めるためには、以下のような自分の学びの過程に対して能動的に関与し、調整を繰り返すことが有効だといわれています。

- 自覚的に目標や計画を立てること (Plan)
- 学びの進捗状況を自己点検し、必要に応じて学び方や目標・計画を微調整すること (Do)
- 学びの過程のまとめとして、取り組みを自己評価し、「できたこと」、「できなかったこと」を整理すること (Check)
- 学びの過程を総合的にみて、よくできている場合には自分を褒めて新たな目標や計画を立て、よくできていない場合には自分を激励し、既存の目標や計画を修正すること (Action)

このような学びの過程に自ら関与して調整を繰り返すことを自己調整学習 (self-regulation learning) と呼び、自己評価を用いて Plan→Do→Check→Action のサイクル (自己評価 PDCA サイクル) を回すことを意味しています。

兵庫県立大学では、自己評価 PDCA サイクルによって自律的学習能力を高めていくために、「マイステップ」と「学修履歴証明書」という2つのツールを導入しています（図2）。

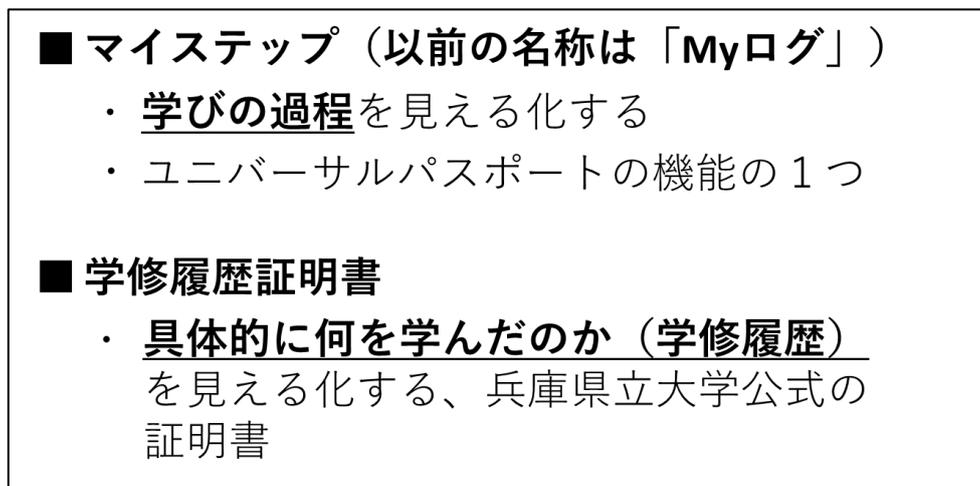


図2 「マイステップ」と「学修履歴証明書」の概要

●自己評価PDCA サイクル（学びの過程）を**見える化する「マイステップ」**

「マイステップ」は、ユニバーサルパスポートの機能の1つです。マイステップでは、基礎力チェックで自分の基礎力の強みや課題を発見し、プロジェクトシートで将来目標や身近な目標、行動計画、ふりかえり等の内容をWEB上で記入し、いつでも内容を加筆・修正することができます。

マイステップを用いて自己評価PDCA サイクル（学びの過程）を**見える化**し、主体的に回そうとすることは、自律的学習能力を高めることにつながります。自律的学習能力は、学業成績や基礎力（学士力や社会人基礎力）を支える重要な役割を担っており、就職活動を含むキャリア形成（常に変化する社会の中で、自分の役割や位置づけを認識し、自分らしい生き方を実現するための力を身につけること）や、卒業後の日常生活を充実させることにもつながる大事な力です。大学生活の中で自律的学習能力をしっかりと高めていくために、マイステップを有効活用してください（図3）。

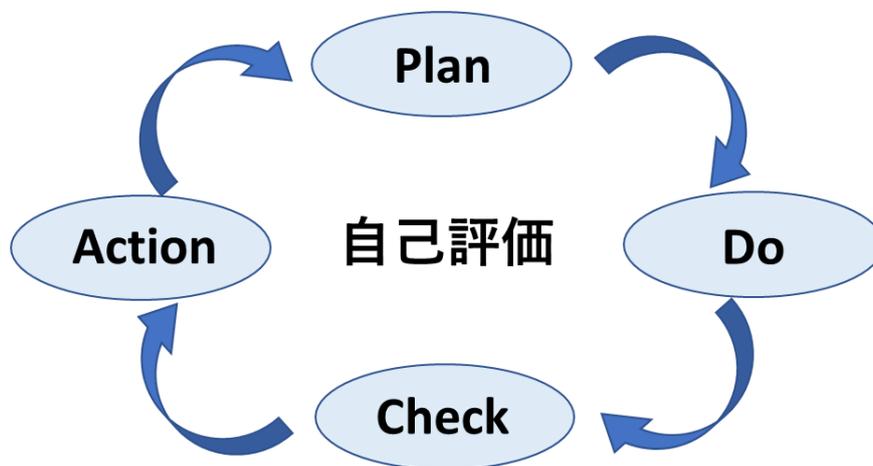


図3 マイステップで行う自己評価PDCA サイクルの概略図

●具体的に何を学んだのかを見える化する「学修履歴証明書」

「学修履歴証明書」は、みなさんが大学で「具体的に何を学んだのか（学修履歴）」を見える化する、兵庫県立大学公式の証明書です。従来の成績証明書とは異なり、科目名や成績に加えて、取り組んだ課題の内容も記載されるため、具体的な学びの内容を確認することができます。特に就職活動においては、他者（企業の面接官等）に、大学で何を学んだのかを伝えるために役立ちます。

なお、学修履歴証明書に掲載される課題のタイトルは、授業担当教員が設定した課題名です。また、掲載対象は、ユニバーサルパスポート（クラスプロファイル）の「課題提出」から授業担当教員へと提出し、「承認」を得られた課題に限られます。

●「マイステップ」と「学修履歴証明書」をキャリア形成に有効活用しよう

学びの過程を見える化するマイステップの記入内容は、みなさん自身で印刷して、いつでも活用することができます。また、具体的に何を学んだのかを見える化する学修履歴証明書は、3年生からキャリアセンターで発行申請を行うことができます（コンビニエンスストア等での発行は不可）（図4）。

キャリアセンターで発行申請できるもの

- 3年生～
 - ・ **学修履歴証明書**
 - ※ コンビニエンスストア等では発行できません

- 4年生～
 - ・ 成績証明書等
（就職・進学に関するもの）

図4 キャリアセンターで発行申請できる各種証明書

これら2つのツールには密接な関連があり、マイステップによって自律的学習能力を高めながら授業科目に積極的に取り組んでいくことで、学修履歴証明書の内容が充実していきます。そのため、少なくとも半期に1回はマイステップによる自己評価PDCAサイクルを回し、自律的学習能力を卒業時まで継続的に高めながら、キャリア形成につなげていきましょう（図5）。

そして、3年生になったらキャリアセンターで学修履歴証明書を忘れずに申請するとともに、マイステップを印刷し、キャリアセンターでの面談資料や、自己PRの根拠資料として、積極的に活用してください。

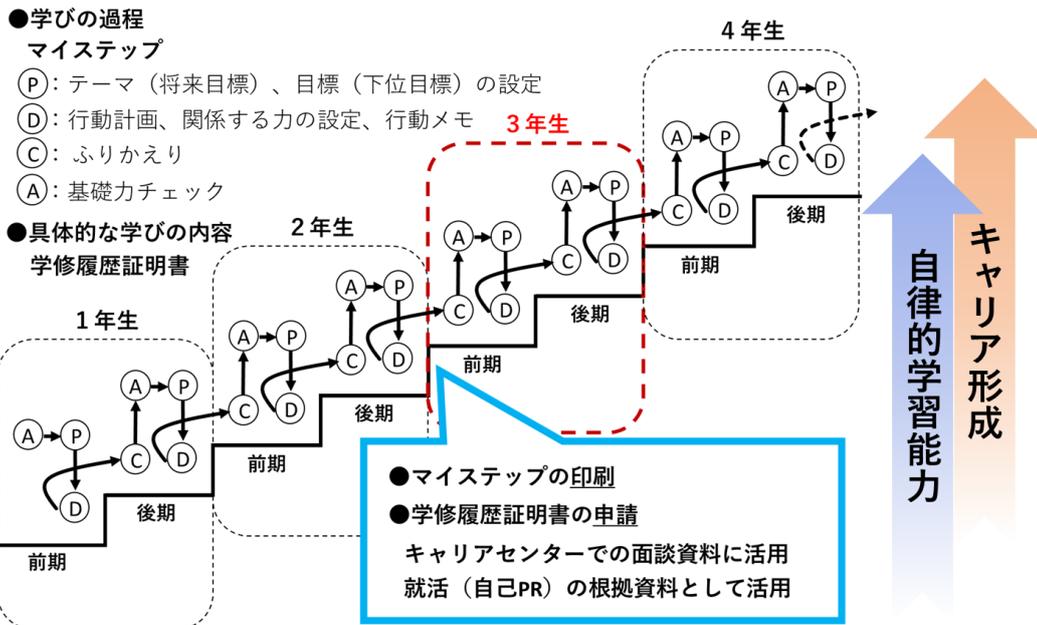


図5 マイステップと学修履歴証明書によるキャリア形成

●キャリア形成のためのマイステップ活用例

キャリア形成に至る学びの過程では、一般の学習のように身に着けるべき知識や正解が決まっているわけではありません。そのため、自らのアンテナを広く張って多様な価値観に触れ、自分がどのように行動していくべきか自律的に判断できるようになることが求められます。

このようなことから環境人間学部では、「経験を積む」、「経験を深め、進路選択の準備をする」、「進路決定をする」の3段階のキャリア教育モデルを採用しています。図6に、キャリア教育モデルの各段階においてマイステップ活用時に意識するとよいことの概要を示しました。

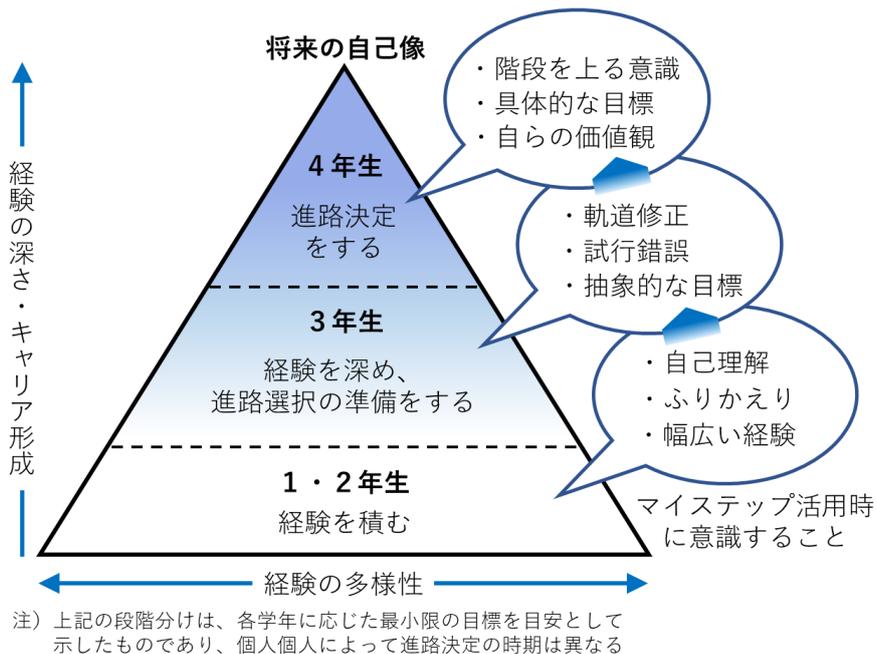


図6 環境人間学部のキャリア形成モデルと各段階におけるマイステップ活用時に意識すること

以下では図6をもとに、それぞれの段階での自己評価PDCAサイクルの回し方とマイステップ活用例についてより具体的に説明します。ただし、個人個人によって使いやすい活用スタイルが異なるため、あくまで参考例として考えてください。

1) 1・2年生「経験を積む」段階

1・2年生の「経験を積む」段階では、授業だけに限らずサークル活動やアルバイト等、大学内外で色々なことに挑戦して経験の幅を広げ、自分の特徴（得意・不得意等）や自分らしさ（行動のベースにある考え方、価値観等）に気づくことが重要です。また、身近な職業だけでなく、よく知らない業種や職種についても幅広く情報収集を行うことも、自己理解の促進に役立ちます。友人や先輩が将来に向けて行っている活動や身近な大人の働き方を参考にすると、他者から学ぶことも自律的学習能力を高める上で有効な手段になります。

このように「色々な経験から自分の好き嫌い、得意・不得意、考え方等に気づく」ことは、「経験から学ぶ」ことを意味しています。そこでは、「色々なことを経験するだけ」では少し物足りず、経験に「ふりかえり（内省）」が伴ってこそ学習につながります。このような学び方を経験学習（experimental learning）と呼び、経験重視の自己評価PDCAサイクルといえます。

したがって1・2年生でマイステップを活用する際は、まずは「幅広い経験」を大切にして、プロジェクトシートによるふりかえりや基礎力チェックによる自己理解に重点を置いてみてはいかがでしょうか。

2) 3年生「経験を深め、進路選択の準備をする」段階

3年生の「経験を深め、進路選択の準備をする」段階では、1・2年生の時に蓄積した経験を整理し、自分の興味・関心を大切にするとともに、強みを強化していくことを重視します。

この段階では、将来の自己像やそれに近づいていくための行動について考える機会が増えていくでしょう。将来の自己像をぼんやりと頭の中で描いたら、それに関連する行動を日常生活や他者との関係の中で試し、必要に応じて調整していくことが重要になります。具体的には、自己評価PDCAサイクルを回し、ズレに対して「自己を変える」もしくは「理想や目標を変える」といった行動によって調整を繰り返していくことが大切です。

したがって3年生でマイステップを活用する際は、まずはこれまでの経験をもとにしてプロジェクトシートで興味・関心のあるテーマ・下位目標を設定してみましょう。そして、目標に向かって自己評価PDCAサイクルを回しながら、軌道修正を繰り返すことを意識してみてはいかがでしょうか。

目標に向かって行動する中で、もし失敗することがあってもあまり悲観的にならず、総合的にみて成長が実感できれば自分を褒め、成長を実感できなければ自分を激励する等、次の活動を行うエネルギーを自ら作り出すことも重要です。成長度の確認や課題発見には基礎力チェックが役立つため、3年生以降もプロジェクトシートと併せて活用してください。

3) 4年生「進路決定をする」段階

4年生の「進路決定をする」段階では、自らの価値観に沿って進路を決定することになります。この段階では、将来の自己像がより明確に描けてくるものと思われます。

したがって4年生でマイステップを活用する際には、プロジェクトシートでより明確なテーマ・下位目標を設定し、将来の自己像に向かって階段を上るような意識で自己評価PDCAサイクルを回してみてはいかがでしょうか。また、基礎力チェックで1年生からの各能力の変化を確認し、効果的な自己PRに役立ててほしいと思います。

なお、真摯に取り組んだとしても、内定が得られない時期が長引く場合もあります。そのような時には、「自分は何のために働くのか」、「夢をあきらめてもよいのか」といった自問自答を繰り返すこともあると思います。そのような時も、自己評価PDCAサイクルを意識的に回して自分を見つめ直し、小さな1歩を繰り返しながら、再び就職活動に挑戦するきっかけを掴んでほしいと思います。

●まとめ

採用担当者に自分という人間の価値を認めてもらうためには、かなりの努力が必要になります。しかし、そのような経験によって一層の人的成長を遂げ、社会人としての力を身に着けることができます。実際に、キャリア形成過程での様々な経験は、自律的学習能力の向上に関連しているといわれています。そして自律的学習能力の高さは、将来の働く意欲、業績、健康に関連があるともいわれています。マイステップによる自己評価PDCAサイクルの取り組みが、みなさんの望む未来を切り開くきっかけになることを願っています。