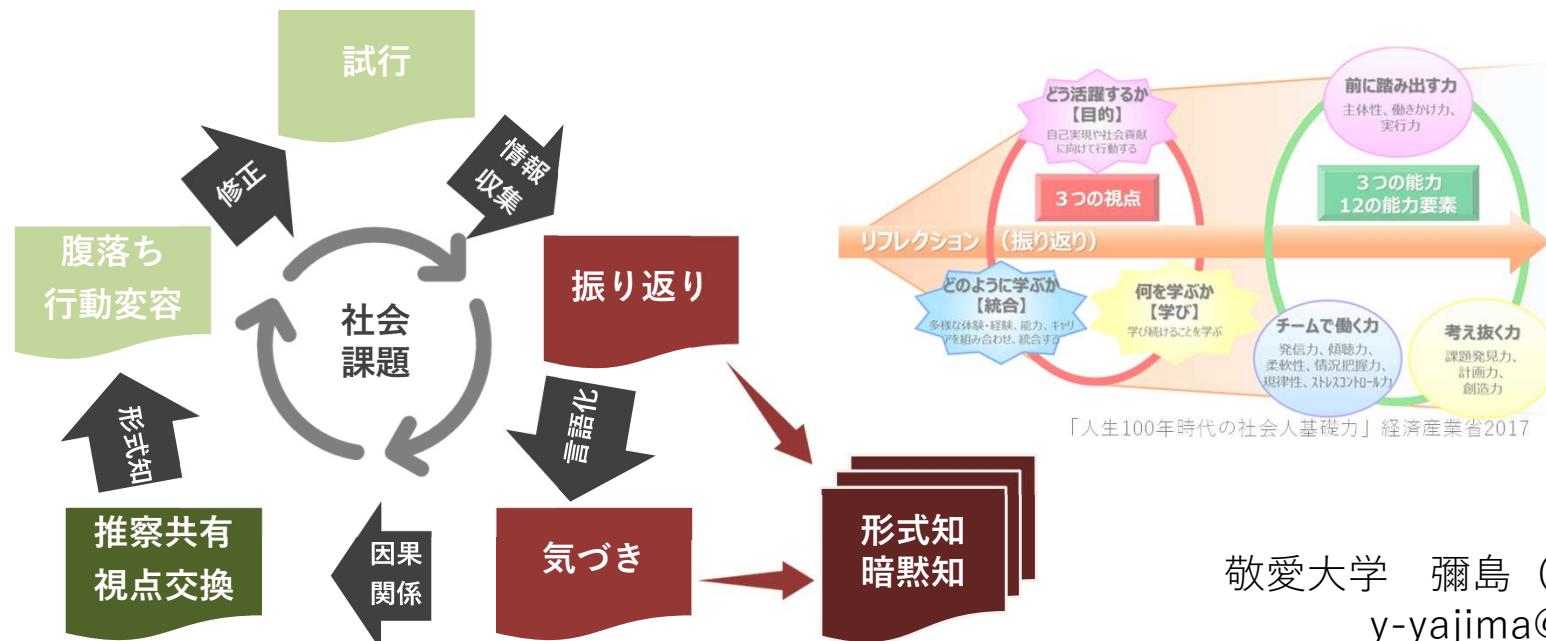
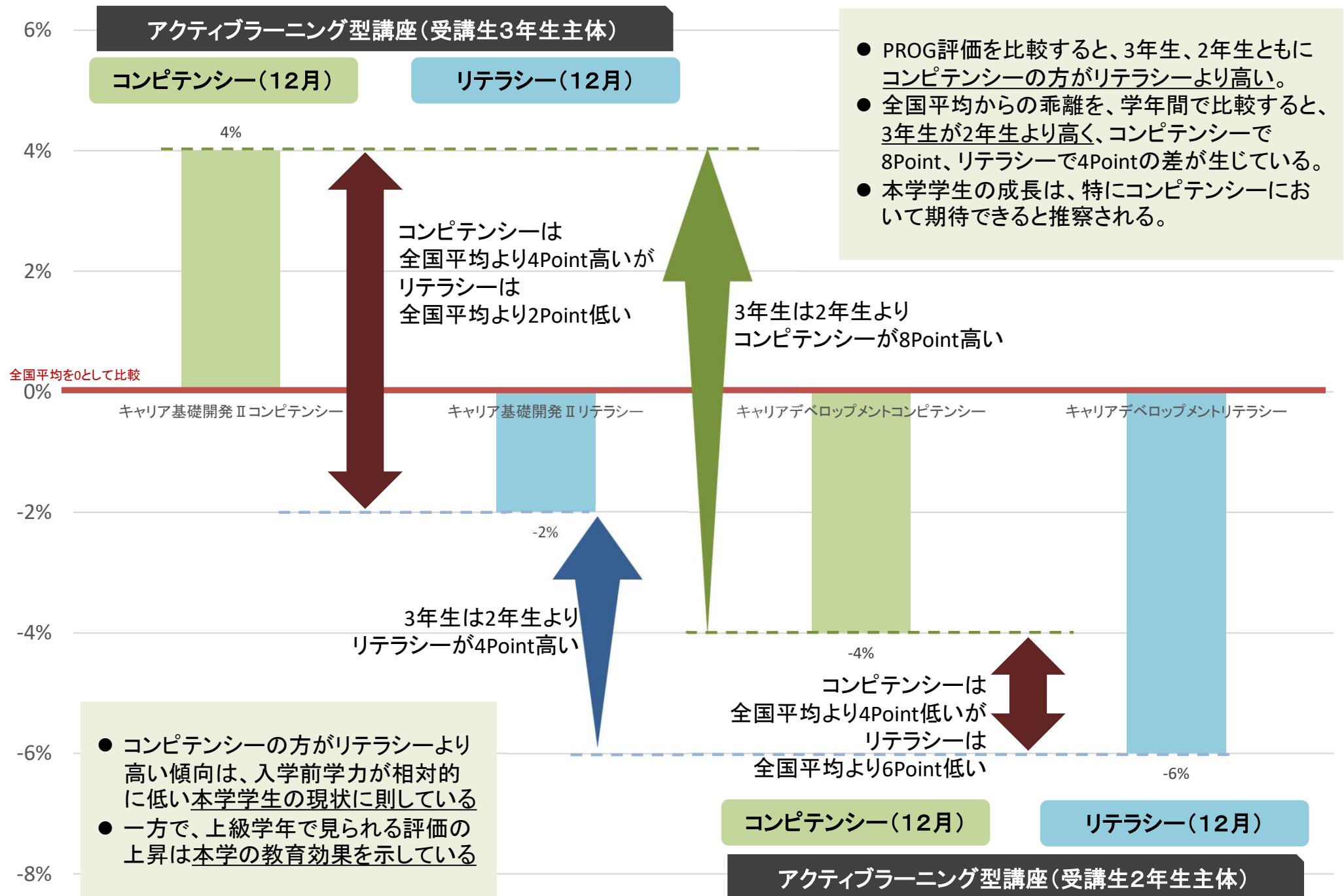
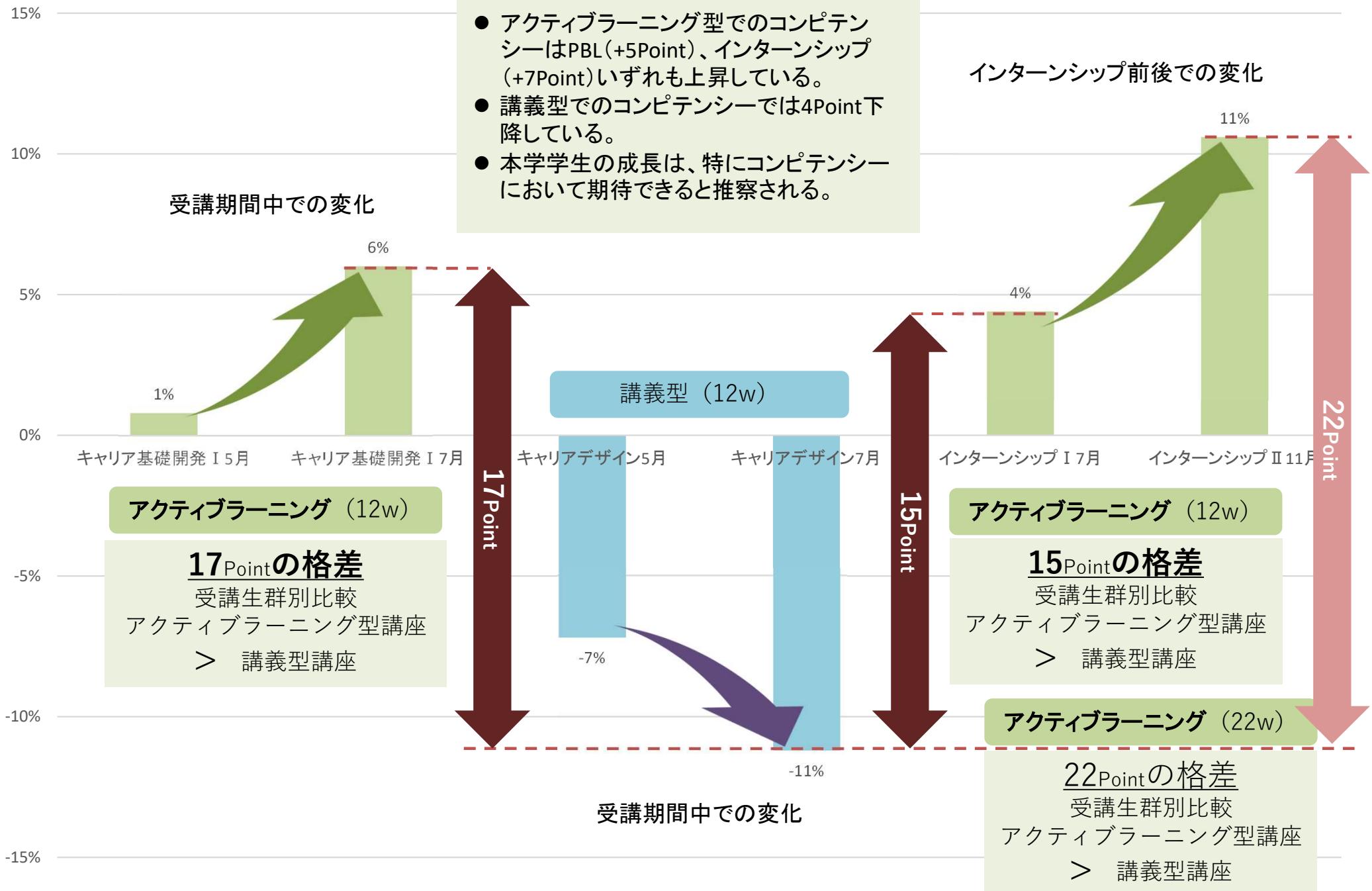


コンピテンシーを高める ワーク&リフレクション

～学生229名/6クラス、企業131名/14社の混成グループでワイガヤブレスト～







- 講義型とアクティブラーニング型との比較

アクティブラーニング型	コンピテンシー項目	講義型
全国平均以上	親しみやすさ 情報共有 意見を主張する ストレスマネジメント 主体的行動	全国平均以下

※講座タイプの特徴が選択時の判断基準に影響している可能性
 ↓
 ※同様な志向を持つ集団の可能性

- PROG全国平均以上のコンピテンシー

全国平均とも
3講座以上

【対人基礎力】

- 親和力
 - ・ 親しみやすさ
- 協働力
 - ・ 情報共有
- 統率力
 - ・ 意見を主張する

全国平均で
2講座以上

- 親和力
 - ・ 多様性理解
- 統率力
 - ・ 話し合う
 - ・ 建設的・創造的な討議

【対自己基礎力】

- 感情制御力
 - ・ ストレスマネジメント
- 行動持続力
 - ・ 主体的行動

【対課題基礎力】

- 実践力
 - ・ 検証改善

資料:PROGとチバイチバンの比較

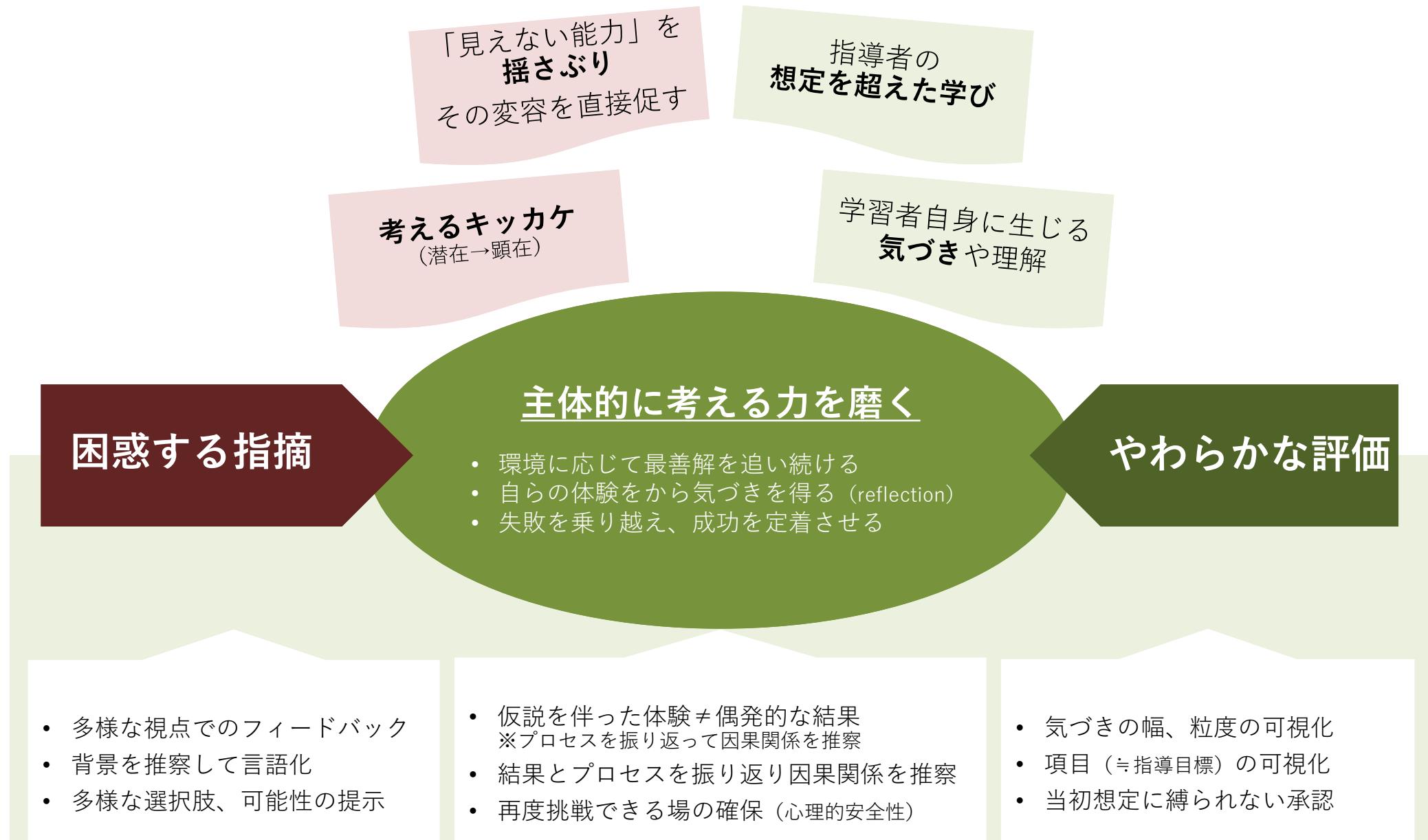
※以下の左表において3講座は濃い網掛け、2講座は薄い網掛け

※以下の右表において出現率の高いものは緑網掛け、低いものは青網掛け

PROG コンピテンシー						リフレクション分析				
キャリアデザイン	キャリアデベロップメント	キャリア基礎開発2022	キャリア基礎開発2023	インターンシップ	チバイチバン	チバイチバン				
座学タイプ 2-4年		PBLタイプ 3年				出現要素				
対人基礎力	多様性理解	親しみやすさ 気配り	親しみやすさ	親しみやすさ	対人基礎力	巻き込み・動機づけ				
		多様性理解	多様性理解	多様性理解 信頼構築		役割遂行・貢献意欲 課題・ゴールイメージ共有				
		役割理解・連携行動								
		情報共有	情報共有	情報共有						
		相談・指導・動機付け								
		話し合う	話し合う	話し合う						
		意見を主張する	意見を主張する	意見を主張する		チーム内発言・提案 公発言・プレゼン				
		建設的、創造的な討議	建設的、創造的な討議							
		意見の調整・交渉・説得				ボード・ポスター				
		セルフウェアネス				セルフコントロール 時間設計・管理				
独自理解	学習視点・自己改革	セルフウェアネス	セルフウェアネス	セルフウェアネス	対自己基礎力					
		ストレスマネジメント	ストレスマネジメント	ストレスマネジメント						
		独自理解								
		自己効力感・楽観性	自己効力感・楽観性							
		学習視点・自己改革	学習視点・自己改革	学習視点・自己改革		当事者意識・積極的取組 事前準備（学修）				
本質理解	対課題基礎力	主体的行動	主体的行動	主体的行動	対課題基礎力					
		完遂	完遂							
		良い行動の習慣化	良い行動の習慣化							
		情報収集	情報収集			取材・質問（一次情報） 読解・分解・推察				
検証改善	計画評価 リスク分析	原因追及	原因追及		対課題基礎力	聞く・書く（メモ） 分類				
		目標設定 シナリオ構築	目標設定 シナリオ構築			視点転換				
		実践行動	実践行動			構築				
検証改善	検証改善	検証改善	検証改善		対課題基礎力					
		検証改善	検証改善			判断基準共有				

話し合う(グループディスカッション)						
取り組み姿勢を確認する	話し合う課題	話し合いが盛り上る」とテーマが拡散したり脱線したり、繰り返したり蒸し返したりして目的を見失いかがちです。 ・自分たちが何について話し合うのか、具体的に設定できていますか。 ・話し合いが進んでいくと、話し合う内容も深化していきます。今取り組まなければならない課題を確認できていますか。 ・同じ言葉を使っているから共有できているとは限りません。メンバーの認識とズレていませんか。 ・取り組む課題と合わせて、得たい成果も設定できていますか。 ・成果で誰に喜んでもらうのか、ステークホルダーを設定し、共有できていますか	話し合いをする前に何について話すのか明確にする	話し合う目的と目標を具体的に決める	何について話すのか、共有し、常に確認し合う	
	目標を設定する	まずは相手にとってのニーズとは?	自分たちはどこで勝負すればいいのか			
時間効率を上げる	時間配分を設計する	皆、懸命に取り組んでいるのに、気がつくと締め切りが迫ってしまい、最後はやっつけ仕事になったことはありませんか。思いつくまま取り組んでいると時間切れになることも珍しくありません。 ・締め切りから逆算して自分の待ち時間を把握できていますか。 ・取り組む項目や作業量を推定できていますか。 ・意図を持って軽重をつけた時間配分ができるで痛ますか ・役割分担で同時に進めなど、効率を高めるための工夫を検討していますか。 ・担当者間で重なりをなくすことで効率化を図っていますか ・優先順位に従って取捨選択、絞り込みができるでいますか	計画を立てて準備する	話し合いの優先順位を立ててから話し合う		
	ムダを減らす		迷惑をかけたり、遙んだり躊躇しない	無理なものは無理とはっきり断り、相手の負担も考えて代替案を出す	話がズレてしまった時に少し早めに声をかける	全員に伝わるくらいの声で呼びかけをし、グループの話し合いに戻す
	時間当たり作業量を増やす		もっと時間、スピードを意識する	やることを明確にして短い時間でも意見を沢山出せるようにする		
役割貢献を追求する	主体的、積極的に取り組む	油断していると受け身な姿勢になりますが、常に自分にできることを探し、自分から声かけをすれば、作業効率が高まるだけでなく、チームの雰囲気も良くなりメンバーのモチベーションも高まります。 ・指示待ちにならないよう、事の大小にかかわらず、自分のできることを探していますか ・好き嫌いは脳に置き、成果に繋がるメンバーの能力をリベートし、活かしてしていますか ・無理、ムダ、不可能などネガティブでメンバーの発言意欲を削いでいませんか ・賛否や評価より、解釈や可能性を広げるコミュニケーションをとっていますか ・座席配置やボードなど話し合う環境に留意していますか	聞いているだけにならず能動的に動く	何もできることがないと思つたら、他の役割に徹していく	誰かに期待するのではなく、自分が率先してその役割を担当	やることの理解を深める
	進行/整理する		各自が意見を言いやすいようにファシリテートし会話を回す	取り組むべき課題について枝分かれで問を出す必要がある	役割分担をし、各々がグループに分かれて話し合い、効率的により多くの意見を交換する	進捗状況を報告する
	環境をつくる		好きとか嫌いとか自分であっても上手に付き合う	相手をしっかり見て、興味を引き出し、全員の顔を見ながら話などを工夫して、話し合いをやすくする	言葉が詰まってしまった人に何度も聞く質問をし、話しやすい環境を作る	失敗しても何かやらかしても誰も責めない
可能性を広げる	多様な視点を探る	気心の知れている友達とグループを組むとコミュニケーションの面倒がないメリットがありますが、一方でものの見方や持っている情報が共通している事が多く、複雑が狭くなっています。自分に無いものを持ったいる人同士が協力し合えば最強のチームになりそうです。 ・自分ならと想像したり、逆の立場で考えてみる ・今欲しい成果、将来欲しい成果を分けて考えてみる ・他のメンバーの発言を促す ・理解するための質問や解釈を広げるための追加提案をしてみる ・漠然としたイメージを作ったら、分解し細分化してみる ・ディスカッションの前に自分で関連しそうな情報を集めておく ・先行事例を集めておく ・直接インタビューに行ったり、アンケートを取ってみたりする	利用者の目線になって考える	お客様だけを考えるのではなくスタッフの人ことも考える	自分に置き換えて考える	他人の意見を尊重し、出た以外の情報についても考えてみる
	事前にリサーチする		分からぬ言葉など事前に調べてその場で聞くことのないようにする	情報有待よりも、自分で先ず調べる	もっと詳しく具体的に事実、データ、先行事例を調べる	事前に資料を知り尽くすくらい読み込み、ポイントを抑える
	コンタクトをとる巻き込む		自分から相手を知ることを大切に勇気を出して話しかけ、色んな人の繋がりを増やす	奥に座っている人が居たら前の方に座ってもらうようにお願いしたり、話す時や席の場所を積極的に自分から声をかけて教えてあげる	自分の意見を先に言ってからみんなはどう考えていますか?みたいな感じで話し合いの進行をする	参加していない人に話を振ったりLINEでのやり取りをしたり、コミュニケーションを断念せず、どうすれば参加してもらえるかを考え続ける
	当事者意識を持つ		自分ならと考えて課題解決に取り組む	発言意見をただ聞くだけではなく、自分はどう思うかと考える	細かな情報まで意見が出せばやらなければいけない課題などが見つかる	
	周りを観る		チームメンバーをよく見ている	発言した後に周りの反応を見る		
発信する	質より量、検討材料を増やす	情報提供という、何か価値ある情報を用意しなくてはと思いがち、組み合わせによって使い方によてもその価値は変わるもの。まずは検討材料をより多く集めることから始めましょう。 ・具体的な事実、具体的な解説を集める ・価値判断を後回しにして、質より量を追いかけてみる ・自分と異なる意見は新たな発見に繋がるチャンスかもしれないが、まずは理解に努めよう ・断片的でも良いので体験振り返りや観察など一次情報を取り込もう	具体的に意見をたくさん出す	恥を恐れず	who·what·howについて意見を出す	沈黙を振り切って自分の意見を言う
	視点を多様化		間違っているかを気にせず、より多くの意見を出すために様々な視点から物事を見る	自分が思っていないかった意見もグループの人から聞く	周りの人のリフレクションの回答を聞いて自分の気付いていないところや他の考え方を知る	ミスを恐れず発言できるように
	アイデアを提示する		自分の情報や考えを率先してはっきりと伝える	頭にはあるアイデアを怖気づかずに発言する	周りの意見に流されずに、自分の意見をはっきりと発言する	もっと意見を多く出して、本質を突いた意見を出していったい
共感を傳てる	表現を選ぶ	指名されたので、役回りなので、といった情報発信は独りよがりになります。相手に伝えるための工夫を試してみると、アイデアの拡大に繋がることもある。 ・分かつて欲しい人に体を向けて、目を向けるだけで、その気持ちは伝わる ・ボリューム、トーン、間、などメリハリをつけるのも伝わりやすい ・自分が言いたいこと、相手に伝わってほしい事を具体的に意識する ・相手が何を聞きたいかを推測する	相手の目を見ながら話す	喋りだしを上手く作り興味をわかせる	言い方を考えて発言をする	感情を込めて話す
	明確なメッセージを出す		発表内容が頭の中で整理されており、話す内容もわかりやすい	相手をどのように感じさせたいか、相手がどんな気持ちになるかを考える		
質問する	事実確認のため	質問を求められるシーンが多いが、とっさに浮かばないことが多いし、こんな質問で良いのか自身がないことが多い。言葉の意味を知るために質問、事実を確認する質問、情報を補うための質問、相手に考えさせる質問など、自分が聞きたいことを意識するところから初めてみてもよいかもしれません。 ・小さな質問も遠慮なくてみよう ・事前の予想と異なる点を確認してみよう ・前提条件を質問してみよう ・助けを求める質問をしてみよう	些細なことでも質問	分析したことを質問すればよかったです		
	可能性を引き出す		かかわり技法を使って質問をしたりする	心を開いてもらうための質問を相手が話したものを使って、質問からさらに話を広げる	相手の意見に対してなぜそう考えたのかを聞く	本当にネットなど何処にも載っていないのか、似たような質問はないのかなど、グループで熟考して質問を考える
	周囲を活用する		先生に質問してやるべき事、取り組むべき課題について、何をするべきか、考えるべきかを理解する	勇気をだして学外の方と話をすると	どういう風にふるさと学習を進めるのかなどを先輩から教えて頂く	アドバイスをいただき、修正したものを確認してもらう
聞く	言葉を聞き取る	傾聴とかアクティブラスニングとか「きく」にもいろいろあります。聞く、聴く、訊く違いを意識してみると向き合の姿勢にも工夫ができる。 ・質問の意図を具体的に絞る ・共感を示して答えやすい環境を作る	何を伝えたいかをよく考えて聞く	ひとつにこだわらずに色々な情報を取り入れる		
	リアクションをとる		相手の目をしっかりと見て、話を聞く	頷いたり、相槌をする	意見を書ってくれた人に『いいね』とかアクションも取る	良かったところを伝える
	自説に拘らず理解に努める		自分の考えではわからないこととも、みんなの意見を聞き理解して頂く	グループで一つのことを調べていくことで、メンバーの考え方や自分と違った視点からの情報で考えてみる	自分たちの意見だけではなく、次は他の企業の意見も踏まえて考える	

参照: 『教育現場の「コンピテンシー評価』』著・渡部信一





個人ワーク

- 展開シート
 - 展開シート追加



グループワーク

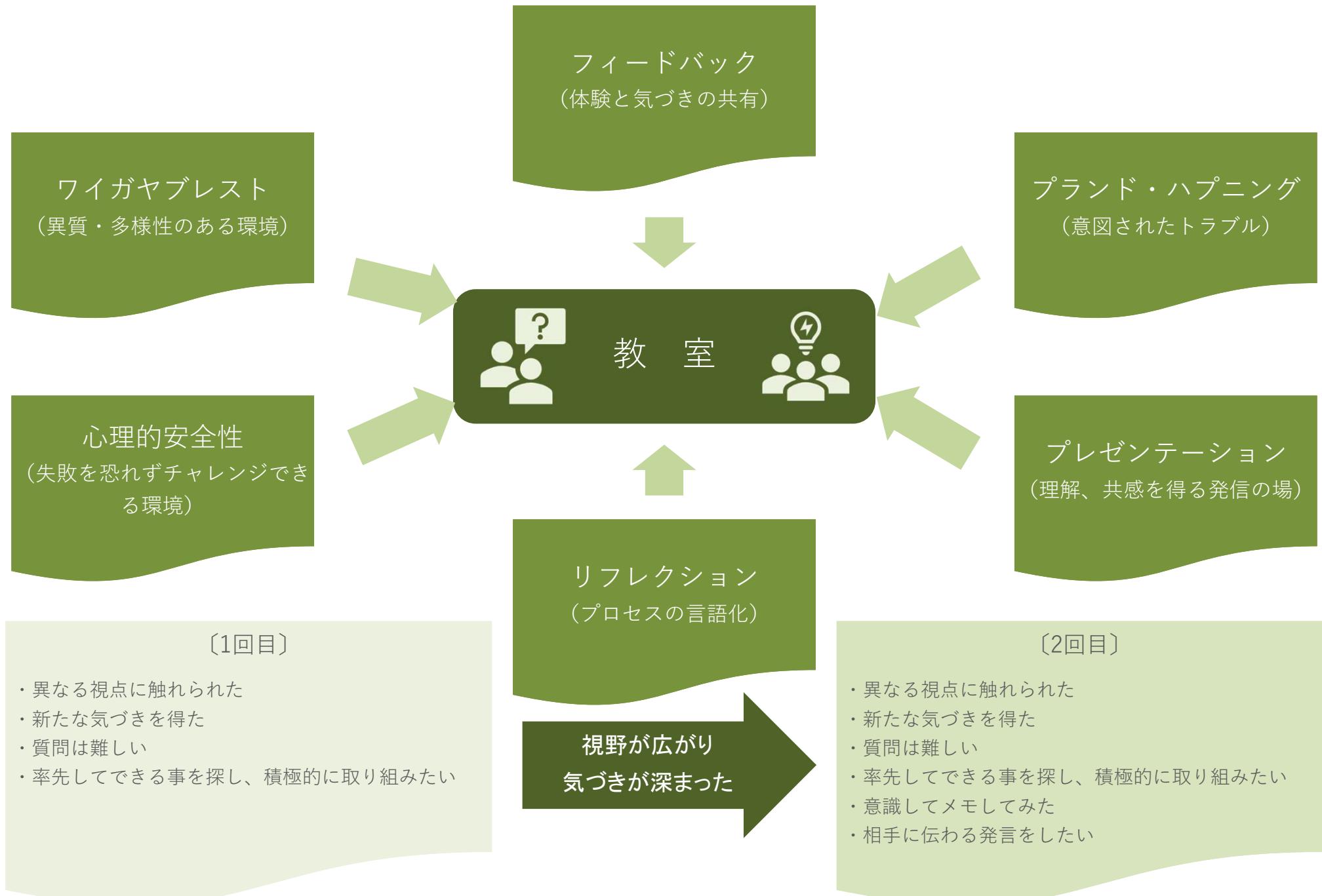
- 1分シート紹介
 - ワイガヤブレスト



全体ワーク

- 1分報告
 - 視点交換

受講生リフレクションから



資料:受講生リフレクションからの抜粋

【1回目】

〔異なる視点に触れられた〕

- 実際に働いている人の意見と自分の意見を比べながら聞くことができた。
- 学生目線から見れない事を会社員の方自身の体験した話をして頂き、それに対する疑問をみんなで共有できた
- 企業の方といろいろな話をして、自分が今まで考えていた視点とは違う視点の話を聞いてなるほどと思うことがたくさんあった。
- 自己評価と他己評価を照らし合わせるという評価方法もあることを知り、正しい自己評価が実際の評価に関わることがあることを知った。
- その企業が給料は低いが、休暇のシステムや勤務時間が短く楽に働けることを特に意識していることを聞き、自分にとっての大切が給料なのか働き方なのか、先に自分が大事にしたい事を決める必要があるとわかった。

〔新たな気づきを得た〕

- 発表していた人の話を聞いて、もっと色々な立場から物事を考えられるようにしたいと感じた。
- マイナス点をプラスに変えられるよう、自分の視点だけでなく相手から、また第三者からの視点でも考えていきたい。
- 意見が違うという事は何か学びがあるので、様々な角度で物を見て引き出しを増やす。
- 授業を受けている人数分の考えがあるからこそ、人との関わりが大切

〔質問は難しい〕

- 企業の方との会話では、遠慮などが残り聞く側だけになってしまい、自分から質問することができなかった。
- 企業の方たちに質問する内容をもっと具体的に事前に考えておけばよかった。
- 企業理念に沿った業務内容とはどのようなものだったかなどを知りたかった
- 働いていて良かった点や嫌だった点、大変な事など実際に働いていないとわからない事や細かい職種などをもっと詳しく聞いておくべきだった
- 準備段階でやる事が多いと感じた。

〔率先して自分にできる事を探して積極的に取り組みたい〕

- いつも声をかけてもらうことが多いので、周りを観察して自分と同じようにまだグループを組めていない人を見つけるようになりたい。
- グループのメンバーによって自分がどの役割をすべきかを見極め、それにあった対応をするように心がける。
- 目標からの逆算や時間配分に気をつけたい。

【2回目】

〔異なる視点に触れられた〕

- 企業の方とこんなに近い距離でお話をすることができたのはとても貴重な経験になりました。楽しかったー。
- 企業の方に話を聞いたところ、自分達で調べた部分よりも詳しい話を聞くことができた
- 企業の人が、質問から関連することを教えてくれて自分が考えてなかつた事も知れた
- 実際に企業で働いている方がどのような事を問題だと認識し、働く上で解決しなければならないと感じているのか、を知ることができた
- 現職だけでなく、前職の事も聞くことができたので、現職と前職を比較してどうだったかということまで知ることができた

〔新たな気づきを得た〕

- 知識や価値観をどのように生かすべきなのかを考えるべきだ
- 今回は人のネガティブな部分をポジティブに変えるという目標をたて実践できた
- 正しいかどうかに関わらず、自分の考えを肯定したい
- 自分を知ることは仕事を見つけるためだけでなく、自分の将来の人生の道を選ぶためであり、自分の不足をもっとよく知ることが、自分の成長に役立つということを深く感じました
- もっと積極的にいき、目立て、企業の方にも名前を覚えてもらいたい

〔質問は難しい〕

- あらためてインターンシップのことを考えると真っ白になり、余りプリントを埋められなかった
- 企業さんが入ったことで緊張する場面があり、固まってしまう場面があった
- 企業の方への質問が終わった後に、聞きたいことができたりしたので、しっかり準備をして挑めば良かった
- 実際に働いている時の悩みや裏話も聞いてみれば良かった
- 前回のワイガヤブレストの時は下調べをしていなくて、何を聞けばよいかわからなかったが、今回は予め準備をすることによって質問をたくさんできて不安要素を少し無くすことができた

〔率先して自分にできる事を探して積極的に取り組みたい〕

- 初めは企業の方を囲む形で座っていましたが、その都度お体の向きを変えて頂くのが大変そうであったため、みんなで話し合って最終的には企業の方が話しやすい形で座って頂く事ができたため、勇気を出して行動してみて良かった
- 円になって話すことで、発表している感覚じゃなくて、みんなでコミュニケーションをとっている感覚だったので話しやすかった
- 円になってグループワークをことができたが、距離が遠いせいか少し聞こえにくい部分もあったので、次は距離を近くして行う
- タイムマネジメントが毎回上手くいっていないので、腕時計や自分から見える位置にスマホを置いて、必要であればタイマーも自分でかけていく等、工夫して次に望む

〔意識してメモしてみた〕

- メモを取る時は上から下、左から右ではなく、似てる内容同士を近くに書く感じでもう少し自由に使ってみる
- 企業の方の話はもちろん、他のメンバーの人の話で自分がいいと感じたものは積極的にメモを取った

〔相手に伝わる発言をしたい〕

- 聞かれたときに答える力を付けたい
- 拙くても伝わる言い回しで質問する
- ワークシートそのままを読むのではなく、項目ごとに内容をまとめて話した方が相手に伝わりやすく、発表内容を考えるときにもまとめやすくなるのではないかと思った

【1回目】

〔学生の様子が印象に残る〕

- 皆さんとても意欲的で熱量が高かったと感じました
- それぞれ知りたいことが個人個人あるので大変面白い
- 学生が自分の意思を明確に持て伝える事ができているので、しっかりしているなと感心しました。

〔視点の転換のきっかけに〕

- 学生さん視点からフレッシュな意見を聞け、自分では見落としていた事に気付かされた
- 違う企業の話を聞いて良かったです

〔うまく伝えられたか不安が残る〕

- 言葉の選定が難しく、学生に伝えたい事が伝わったか、理解してもらえたか、不安です。
- もっと話す時間が欲しい

【2回目】

〔学生の様子が印象に残る〕

- それぞれの個性がある中で、自分のアピールポイントがある子がいるのすごい
- 本音で質問してくれた

〔視点の転換のきっかけに〕

- とっても前向きな学生さんが多く、こちらも刺激をもらいました。
- 自分の強み、弱みを改めて考えて話す、思考回路の整理が出来ました。

〔うまく伝えられたか不安が残る〕

- 今までの経験を通して伝えたい事と学生が今聞きたい事がマッチしていたのか、振り返って考えると、どうなのかな?と思いました。
- もう少し具体的に参考例など出せれば良かった

〔ニーズを拾い出せた〕

- 学生の今、知りたい情報、やってほしいインターンシップなど学生の素直な意見を聞く事が出来ました
- インターンシップの内容をどんなことがやりたいかと意見を頂いたので、参考に今後取り入れていきたいと思いました

リフレクション分析Labでの取り組み

● PROG×リフレクション分析

キャリアデザイン	キャリアプロセメント	キャリア基盤開拓2022	キャリア基盤開拓2023	インターンシップ
PBLタイプ	PBLタイプ年	PBLタイプ年	PBLタイプ年	
対人基礎力	多様性理解	親しみやすさ 親しみやすさ 親しみやすさ	対人時刻・共感・受容 多様性理解 役割理解・連携行動 情報共有 話し合う 意見を主張する 建設的・創造的な討議 意見の調整・交渉・説得	
セルフエフェクス ストレスコントロール	対自己基礎力	セルフエフェクス セルフエフェクス	対自己基礎力 自己効力感・実現性 学習視点・自己改革 主体的行動 先進	
本質理解	原因追及 計画評価 リスク分析	情報収集 目標設定 シナリオ構築	事前に情報収集 (5) 多面的に考える (3) 可能性追求 (5) 目標設定 (2)	対話 選択・決断 (2) 優先順位 (3) 時間効率 (3) 意思決定 (1) シミュレーション・検証 (3) シミュレーション (4)
検証改善	検証改善	検証改善	検証改善	検証改善

リフレクション分析					
話し合う	考える				
共感 (2)	表現豊か 言葉を聞かれる 主張的・積極的に口にひかる 話し合をする	情報メッセージを出す リアクションをとる 進行・要約する 情報提供する	自己に沿うて理解に沿る 理解をイメージする 理解を伝達する	自身に沿わなく聞く	
対人基盤力 役割貢献 (3)	情報共有 相談・指導・助ける 話し合う	情報提供 (3)	見直り、情報整理や複数化 問題を多様化	アイデアを提示する	
情報提供 (3)					

● ChatGPT×リフレクション分析

対課題基礎力のChatGPTによる分析

1. 「PROG分析項目」と「リフレクション分析結果内容」を対課題基礎力の観点から解説します。各分析項目に対して指定された行動やスキルがどのようにそれを実行する上で役立つかを考察します。

情報収集: 事前に情報収集 (5) :
webや資料からの検索、調査、アンケートを探る、取材する、情報源を多様化することで、幅広い情報を集めることができます。

情報収集: 多面的に考える (3) :
視点を変えたり、粒度を変えたり、固定概念やバイアスから離れることで、情報をより深く、多角的に分析します。

原因追及: 可能性追求 (5) :
多様な視点を探る、事前リサーチ、コンタクトの確立、巻き込み、当事者意識の持続、周囲の觀察を通じて、問題の根本原因や隠れた要因を探します。

目標設定: 目標設定 (2) :
議論を通じて具体的な課題を設定し、達成すべき成果に焦点を当てます。

PROG分析項目	改善提案
情報収集 (事前に情報収集・多面的に考える)	「事前に情報収集」のアクションを「原因追及」や「目標設定」に適用 「多面的に考える」のアクションを他の項目にも拡張
原因追及 (可能性追求)	「多様な視点を探る」や「当事者意識を持つ」を「シナリオ構築」や「リスク分析」に適用
シナリオ構築 (情報編集・論理的思考)	「情報編集」のアクションを「計画評価」にも適用し論理的根柢の強化 「断片的情報を構造化する」を「目標設定」にも適用
計画評価 (選択・決断・評価)	「選択・決断」と「評価」のアクションを「実践行動」に適用し迅速かつ効果的な意思決定を目指す
リスク分析	具体的なアクションが不足しているため、「シナリオ構築」の「ゴールを明確にする」をリスクの優先順位付けに適用
実践行動 (時間効率・意思決定)	「時間効率」と「意思決定」のアクションを「検証改善」に適用し効率的な検証と改善を目指す
検証改善 (シミュレーション・検証)	「シミュレーション・検証」のアクションを「原因追及」に適用し実践的なアプローチを取り入れる

● シーン別キーコンピテンシーモデル例「話し合う」

話し合う（コミュニケーション）	
目的を達成する	話し合う目的と目標を具体的に決める 話し合う目的について話すのか 話し合う目的と目標を具体的に決める
時間効率を上げる	話し合う目的と目標を具体的に決める 話し合う目的について話すのか 話し合う目的と目標を具体的に決める
リスクを最小限にする	話し合う目的と目標を具体的に決める 話し合う目的について話すのか 話し合う目的と目標を具体的に決める
困難な状況を乗り切る	話し合う目的と目標を具体的に決める 話し合う目的について話すのか 話し合う目的と目標を具体的に決める
実践実験を進める	話し合う目的と目標を具体的に決める 話し合う目的について話すのか 話し合う目的と目標を具体的に決める
可塑性を高める	話し合う目的と目標を具体的に決める 話し合う目的について話すのか 話し合う目的と目標を具体的に決める
自分より上位の立場	話し合う目的と目標を具体的に決める 話し合う目的について話すのか 話し合う目的と目標を具体的に決める

一緒に分析しませんか？

現在1回程度/月、オンラインで研究会を行っています。興味をお持ち頂ける方は是非お声がけ下さい。

彌島（やじま）y-yajima@u-keiai.ac.jp

ご質問、ご意見など遠慮なく以下アドレスまでお知らせ下さい。

また、リフレクション分析で気づきを指標化する試みに関心のある方
のお声がけもお待ちしています。

敬愛大学
彌島（やじま）康朗
y-yajima@u-keiai.ac.jp
リフレクション分析Lab