働くこと　ワークシート**「基礎的・汎用的能力　振り返りシート」**



左欄に今の自分が習得できていると思う能力、自信を感じる能力に○をつけましょう。

各能力について、自分自身の強みと弱み、さらに伸ばしたい力、改善したい力を振り返って下さい。改善したい力についてはどの様に改善に取り組むか記入して下さい。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 能力 | 内容 | 具体的な要素（例） | 振り返り（強み、弱み）、さらに伸ばしたい力、改善したい力 |
|  | 人間関係形成・社会形成能力 | 多様な他者の考えや立場を理解し、相手の意見を聴いて自分の考えを正確に伝えることができるとともに、自分の置かれている状況を受け止め、役割を果たしつつ他者と協力・協働して社会に参画し、今後の社会を積極的に形成することができる力 | 他者の個性を理解する力他者に働きかける力コミュニケーションスキルチームワークリーダーシップ等 |  |
|  | 自己理解・自己管理能力 | 自分が「できること」「意義を感じること」「したいこと」について社会との相互関係を保ちつつ、今後の自分自身の可能性を含めた肯定的な理解に基づき主体的に行動すると同時に、自らの思考や感情を律し、かつ今後の成長のために進んで学ぼうとする力 | 自己の役割の理解前向きに考える力自己の動機付け、忍耐力ストレスマネジメント主体的行動等 |  |
|  | 課題対応能力 | 仕事をする上での様々な課題を発見・分析し、適切な計画を立ててその課題を処理し、解決することができる力 | 情報の理解・選択・処理等本質の理解、原因の追究、課題発見、計画立案、実行力、評価・改善等 |  |
|  | キャリアプランニング能力 | 「働くこと」の意義を理解し、自らが果たすべき様々な立場や役割との関連を踏まえて「働くこと」を位置付け、多様な生き方に関する様々な情報を適切に取捨選択・活用しながら、自ら主体的に判断してキャリアを形成していく力 | 学ぶこと・働くことの意義や役割の理解多様性の理解将来設計選択行動と改善等 |  |

基礎的・汎用的能力の振り返りから気づいたことを記入して下さい。