

# ユニット型プログラム

## 神大ワーク&ライフデザイン教育プログラム

### ～ライフキャリアを考える

#### 授業全体の目的

- ・ワークを含むライフ全体の役割と長期的なキャリアを考える
- ・ライフイベントのうち、「働く」と「子育て」の両立について考えることを通して、「働く」、「家族」、「学習」、「余暇・地域」の役割とその「統合」について意識を向ける

#### 終了後の学生のイメージ

- ・キャリアに関する基礎的な知識を知りキャリアについて4領域で考えられる
- ・「共働き」家庭の実態を知ることを通して役割の「統合」を理解する
- ・10年後の自分の姿への具体的なイメージができています

#### 進行の詳細

時間	内容の詳細	備考・留意点他	資料
【10分】	本日のプログラムの説明	・映像視聴の場合環境の確認	・ワークシート確認
【15分】	1. ライフキャリアとは ・ライフキャリアとは キャリアとは、職業や職務内容、経歴など職業生活に関わるものだけでなく、家庭生活、余暇や地域での活動など個人の生活全般を指す。広義のキャリアを「ライフキャリ	スライド4	

	<p>ア」と呼ぶ。個人がおかれた環境・社会との関係のなかでキャリアを考えることも大切</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・キャリアを「デザイン」するとは、自分で自律的に考え、選択し、行動することが大切</li> <li>・ライフキャリアを考える背景 <ul style="list-style-type: none"> <li>社会は急速に変化している。変化に応じて個人の生き方も変わっていく。これまでの価値観にとらわれない生き方を考えることが大切。（「男は仕事、女は家庭」のように性別で役割を決めてしまうことも固定観念の一つ）</li> </ul> </li> <li>・スーパー「ライフキャリアレインボー」 <ul style="list-style-type: none"> <li>人は社会において複数の役割を担い、人生の時々でその重みは変化していく。キャリアを長期的な視点で考えることが大切</li> </ul> </li> <li>・ハンセン「統合的キャリア発達」</li> </ul>	<p>スライド 5</p> <p>スライド 6、7 スライド 7 は社会が変化している例として、人口構成の変化図を示す</p> <p>スライド 8、9 スーパー、ハンセンの理論を紹介しながら、長期的輻輳的キャリアの視点を提供する</p> <p>スライド 10</p>	
--	---	---	--



	・感想のシェア：5分	・動画を見て感想を話し合うまたはチャットで共有する	
【40分】	<p>3. これからの生き方＝ライフキャリアを考える</p> <p>・両立キャリアの現状と今後：10分</p> <p>データを参照し①共働き世帯が増加していること、②家事育児の負担が女性に偏る傾向は、諸外国と比べ日本は顕著であること、③「夫は外で働き、妻は家庭」などの性別役割分担意識は年々変化し、現在では反対する人の方が男女ともに多いことを理解する。</p> <p>・データをふまえ、男女共同参画社会における今後の働き方・生き方について考える。また自身のキャリアについても考える</p> <p>【ワーク：なりたい姿～4領域と統合：30分】</p> <p>・ワーク説明：（5分）</p> <p>・ワークシート（領域別シート）</p> <p>：個人ワーク（10分）</p> <p>：ペアワーク（5分×2）</p>	<p>スライド 23～26</p> <p>・共働きを含め特定の生き方を推奨するものではないが、現在多くを占める共働き世帯の状況を理解したうえで自身のキャリアの参考にしてもらう</p> <p>・先のワーク（帰宅後の様子）も参考に、子育てに対する父親・母親の関わりだけでなく、保育所等子育て支援にも目を向けられるとよい</p> <p>・時間があれば、ペアで話し合う</p> <p>スライド 27～34</p> <p>・10年後の自分を楽しい気持ちで想像してみる。最初の個人ワークでは、領域別シートに記入する。その後ペアで説明し合</p>	<p>※データは人生双六 2020 統計データ集より抜粋</p> <p>領域別シート 統合シート</p>

	←各自2分で説明し3分で質問しあう。 ・ワークシート（統合） : 統合シートに話し合いながら記入（5分） （ディスカッションしながらでよい） ←「統合」に向けて「思い込み」への気づきや工夫があったか ・ライフキャリアを「統合」の視点で考える 人生の役割全体とのバランス、社会における意義を考えることも大切	い、話し合いながら統合シートへ記入をしていく  ・「仕事」と「家庭」領域の「統合」の1つの例として「共働き」があることを理解する  スライド 35	
【10分】	まとめ アンケート	事後アンケート(感想、評価等)	

#### 【動画教材について】

ー映像資料は以下のようなシーンを準備する。

保育園から帰宅・食事の準備と食事・入浴前後・寝る前

親子、兄弟が関わるシーンや、工夫のあるシーン、パートナーとの分担がわかる画像などがよい。

※参考：帰宅後の様子以外に、子どもとの関わり方や母親に育児負担が偏る現状、子育て支援等を伝える映像として、下記が参考になる。(2021年2月現在)

NHK 高校講座 家庭総合

第8回 どう子どもと関わる？ ～成長を促すために～

<https://www.nhk.or.jp/kokokoza/tv/katei/archive/chapter008.html>

第9回 子どもを育てるのは誰!? ～子どもの“育ち”を支える存在～

<https://www.nhk.or.jp/kokokoza/tv/katei/archive/chapter009.html>

※動画が準備できない場合は、ゲスト登壇を実施する。

家事・育児で工夫していることの紹介や、パートナーとの分担、子どもとの関わりをテーマに話をしてもらう。具体的には、食事の作り置きや時短調理器具などの工夫、シッターやファミリーサポートの利用、家事や保育園の送迎の分担、子どもとの会話や遊び、スキップなど。忙しいなかにある楽しさ、喜びにも触れてもらえるとよい。