

プログラムの実施と考察

【目次】

- 問題と目的
- 方法
- 結果
- 考察
 - 1. a 自己肯定意識尺度得点全般についての考察
 - 1. b 自己肯定意識尺度得点の分類による考察
 - 2. 自己理解についての考察
 - 3. 本プログラムのまとめと今後の課題
- 資料
- 図表

【問題と目的】

三年目となる本年度も、これまでに引き続き、各大学や短大の学生相談室、就職課などと、それぞれの学生の現状、プログラム参加学生についての情報共有、プログラム実施後の報告など、大学、短大との協議を重ねてきた。その結果、何らかの発達障がいがあると医学的に診断されているわけではないが、学生相談室の臨床心理士や教職員の立場からすると、そういった傾向を備えているために、様々な側面で困惑し、苦難を重ねていると想定される学生が少なくないことが分かった。しかし、学校関係者からはそのような傾向をもつかもせれないと問題視されている学生であっても、その学生自身は、単位などの学業面でそれなりに適応し、進級できてさえいれば、学校関係者や周囲の人物が抱くそのような問題意識をそれほど自覚することなく(あるいは、そのような意識が葛藤を強く刺激するため、あえて意識化することなく)、大学生活を送っていく場合も少なくないと思われる。

しかし、就職活動がいざ本格化してくる学年へと至ると、学生たちは「自己分析」などの名目で自分自身を振り返り、内省し、言語化することを求められるようになる。すると、「主体のなさ」をひとつの特徴としている発達障がいやその疑いのある学生は、いわゆる「定型発達」とされる学生に比べてより強く、「自分は何がしたいのか?」、「自分には何が向いているのか?」、「自分とは何なのか?」といった「自分」をめぐる問題に直面せざるを得なくなり、困惑し、悩まされるようになることが少なくないと思われる。とりわけ、発達の的には、青年期後期に分類され、対他者的な面に関して言えば、その発達課題として、同性、異性の先輩や友人、バイト先の人間関係などを含めた幅広い対人交流を通して、自己と社会との間で同一性、連続性の感覚を獲得することを求められる時期にあるとされている。けれども、発達障がいやその疑いのある学生は、対人交流をもちにくく、関係をうまく維持できずに孤立しがちであることも少なくないため、「なぜ自分だけ人とうまくかかわれないのか」、「自分は変だ」「自分はどこかおかしい」などと、一人悩まされることとなる。その結果、他者や他者との関係を通して自分についての理解を深めることもまた難しくなるように思われる。

また、発達障がいやその疑いのある学生は、極めて自己肯定感に乏しく、自己評価が低いという印象を受ける。しかし、就職活動では、自分のことを相手に知ってもらい、自分のことをアピールすることが求められる。このとき、自らに対する肯定的な自己像がもてていなければ、自らを他者にアピールすることはかなり難しくなると思われる。

そのため、本プログラムでは、就職活動を控え、いやがうえにも自分を理解することへの動機づけが高まる時期にある大学生を主たる対象とすることとした。そして、本格的な就職活動の前段階として、広く「自分とは何なのか」ということを理解する取り組みに焦点をあて、

(1)自己肯定的な感覚の促進

(2)コミュニケーションの特徴などの障がいの特性も踏まえた自己の理解を深めること

をその目的とした。

【方法】

プログラムは当院ディケアルームで、各年度3期に渡り、各期計8回、各90分、参加者はクローズドの形で実施した。初年度は1期のみの実施だったため、三年間で計7期、総計44名（うち一人は二期二回に渡って参加）の学生を対象に行った。各回のプログラム内容の概略については資料1に記載。

各期の開始前には、臨床心理士が各参加者に個人面接を実施した。なお、プログラムの実施にあたっては、自己肯定的な意識の発達や深まりを測定するために、プログラム開始時と全プログラム終了時に、自己評価、自己肯定性を測る、「自己肯定意識尺度」（資料2）への回答を求めた。また自己理解のあり方を検討するために、第Ⅲ期以降は、プログラム開始前の個人面接時と、プログラムの第6回目に、自己をめぐる文章完成法への記入を求めた。さらに、各回の後に、プログラムの満足度、疲労度を5段階評定で求め、感想を自由記述形式で求めた。

【結果】

計7期、総計44名のうち、参加が半分に満たない者、途中で参加を辞めた者やデータに不備があったものを除き、計38名のデータ（うち一人は二期二回に渡って参加）を分析の対象とした。プログラム開始時と全プログラム終了時の「自己肯定意識尺度」の合計点の平均の推移に関しては図1、図2に、「自己肯定意識尺度」の下位尺度のプログラム開始時とプログラム終了時の平均の推移に関しては図3に記載。

プログラム開始時の自己肯定意識尺度の合計得点の平均点115と、全プログラム終了時の自己肯定意識尺度の合計得点の平均点122の差が統計的に有意であるかどうかを確かめるために、5%水準で両側検定の t 検定を行ったところ、 $t(37)=3.39$ 、 $p<.01$ であり、プログラム開始時と全プログラム終了時では、自己肯定意識尺度を合計した平均点が有意に上昇していることが分かった（図4）。

また、第Ⅲ期以降の自己をめぐる文章完成法の記述をまとめたものを表1に、各回のプログラム後に自由記述形式で求めた感想をまとめたものを表2に、プログラムの満足度の結果を表3に、疲労度を表4に記載している。

【考察】

1.a 自己肯定意識尺度得点全般についての考察

図4のように、自己肯定意識の合計得点の平均は、プログラム開始時よりも、全プログラム終了時の方が有意に高かった。ここから、本プログラムを通して、参加者は概ね、自分自身について肯定的な自己評価を行うことができるようになったと考えられる。

就職活動においては、履歴書やエントリーシートに記入する際、あるいは採用面接の場で、自分のことを相手に知ってもらい、自分のことをアピールすることが求められる。このとき、自らに対する肯定的な自己像がもてていなければ、自らを他者にアピールすることはかなり難しくなると思われる。それも、この場合に求められるのは、根拠のないアピールではなく、自らをし

っかりと内省し、自分の長所や短所、コミュニケーションの様式、性格傾向などの人格の全側面を総じて肯定的に理解したうえで、そういった全体としての自分を知ってもらおうという作業である。その意味では、本プログラムによって自己肯定意識が有意に向上したということは、履歴書やエントリーシートへの記入時、あるいは採用面接の場で、これまでよりも肯定的で適切な自己像に基づく自己アピールが可能になると考えられ、本格的な就職活動の前段階としての位置づけを意図する本プログラムの役割は果たせていると考えられる。

だが、図2をみると、規準集団の大学生の平均値126と比較して、プログラム開始時の平均点115から、全プログラム終了時には122に上がったとはいえ、規準集団の大学生平均には達していない。図3には、各下位尺度の平均値と標準偏差を記載しているが、これを見ると、「自己閉鎖性・人間不信」以外の下位尺度は、プログラム開始時も全プログラム終了時も、大学生平均には達していないことが分かる。しかし、規準集団の大学生の標準偏差内には収まっており、大きく逸脱した得点分布ではないこと、また、プログラム終了時には平均値の方へと寄って行っていることが見て取れる。ここから、本プログラムに参加した学生は総じて、一般の学生よりも自己肯定感、自己評価が低かったものの、本プログラムによって、自己評価をある程度上昇させることができたこと、しかし、一般的な大学生よりも、いまだいくらか自己評価が低いことが分かる。自己評価の変容については、わずかに全8回のプログラムであることを考えると、本格的な就職活動の「前段階」「基礎段階」としての位置づけを意図する本プログラムとしては、上首尾な結果であるとも思われるが、今後もプログラムの内容を改善し、またアドバンスドのグループを行うなどして、介入法についてさらに検討を続けていく必要があると考えられる。

次に、下位尺度に目を向けると、「自己閉鎖性・人間不信」(反転処理を行っているため、自己解放性・人間への信頼を表す)のみが、プログラム開始時にも全プログラム終了時にも、規準集団の大学生の平均値を上回っている。この点については、発達障がいとされる者は、概念的な自己と、想起される個々の自己体験との間の結びつきが弱いことが関係しているのではないかと考えられる。「自己閉鎖性・人間不信」の項目をみると、「他人との間に壁をつくっている」「私は人を信用していない」「他人に対して好意的になれない」などと、具体性に乏しく、全般的、抽象的で人格特性的な項目からなっている。それに対し、同じように、自己の対他者的な側面への肯定感を問う、「自己表明・対人積極性」の項目は、「相手に気を配りながらも自分の言いたいことを言うことができる」「疑問だと感じたらそれらを堂々とと言える」、もうひとつの下位尺度、「被評価意識・対人緊張」(反転処理を行っているため、対人的なリラックスを表す)の項目は、「人から何か言われていないか、変な目で見られていないかと気にしている」「他人に自分の良いイメージだけを印象付けようとしている」「無理して人に合わせようとしてきゅうくつな思いをしている」など、具体的な行動上のスタイルを表すものからなっている。つまり、同じ対他者領域の自己肯定意識を問うものであっても、尺度の項目が、抽象的、概念的で全般的、人格特性的な記述の水準にあるものと、具体的、限局的、行動上のスタイルの水準にあるものとが混在しているように思われる。発達障がいとされる者は、自身の個々の具体的な言動を想起する際に抱く(多分に否定的な)自己感と、抽象的かつ概念的な自己像とのつながりが乏しいと言われており、本プログラムの参加者たちも、「自己表明・対人積極性」や「被評価意識・

対人緊張」といった、具体的な行動のスタイルの水準での自らの評価は否定的であったものの、それらが抽象的かつ概念的な自己像に反映されることが少ないために、「自己閉鎖性・人間不信」は、規準集団の大学生よりも肯定的だったのではないだろうか。ではなぜ、自己解放性や人間への信頼が一般の大学生よりも高かった(肯定的だった)のか。参加者の多くは、成長するにつれて、自らの個々の言動が他者との間にもろもろの温度差を生み出していることに漠然と気づくようになり、自己否定的になる。一方で、(a)周囲の他者とのさまざまな温度差から、いじめ様の辛い体験を味わってきており、その結果、親密な対人関係を防衛的に避け、孤立気味となっていること、また(b)想起されるもろもろの自己体験と、概念的な自己とのつながりが弱いことなどから、幼い頃の概念的、抽象的な自己をめぐる記憶に由来する、他者に対する幼い信頼感が大人として修正される機会が乏しいままに留まり、自らの個々の言動や行動のスタイルに関しては否定的でありながらも、一方で、他者に対しては素朴な信頼を抱くという、複雑な心理的な布置を保っているからではないかと考えられる。つまり、親密な対人関係を避けてきたことで、結果的に、現実的な関係を通して心のあり方が変容される機会に乏しかったために、自己表象のみがますます否定的なものになり、他者表象に対する自分の態度は幼い頃のままに良性のものであり続けるという、関係性の歴史による心理的な機制も関係しているのではないかと考えられる。想起される個々の個人的な体験と、抽象的な概念としての自己が相応につながっていれば、必ずしも自分だけが悪いのではなく相手にも非がある、などと考え、一方的に自分ばかりを責める傾向をいくらか修正し、他者への素朴な信頼感の方も、大人としての現実的なものへと変容することができるだろう。しかし、これらの個人的な体験と抽象的な概念としての自己意識がうまくつなげられず、分割されている場合には、いつまでも自分ばかり非があり、一方で他者表象への素朴な信頼は、一切修正されることがないまま、という事態になると考えられる。過去の対人関係に由来する、自分の心の中の他者表象に対しては、非常に批判的、攻撃的な評価を示しつつも、他者表象一般に対する自らの態度としては、素朴で幼い信頼を向けるという二律背反的な心理は、発達障がいとされる人たちに広く共通する心理であるように思われる。

1.b 自己肯定意識尺度得点の分類による考察

まず、以下では、自己評価 self-evaluation と自己記述 self-description とを区別したうえで、自己評価、とりわけ自己への態度の望ましさ(自己肯定性次元)に焦点を当てて考察したい。

自己肯定意識尺度得点の分布は、分布の特徴からいくつかの群に分けられ、そのそれぞれの群にはある種の共通する傾向があるように思われる。またそれぞれの群には、その対応上、異なるアプローチが有用である可能性が考えられる。そこでまず、自己肯定意識の合計得点を4群に分けて考察する(図5)。

4群とは、

- ① 全プログラム終了後の平均値に標準偏差を足した得点よりも、プログラム開始時、全プログラム終了時ともに高い群4名(高群)

- ② プログラム開始時の平均値から標準偏差を引いた得点よりも、プログラム開始時、全プログラム終了時ともに低い群 4 名 (低群)
- ③ 規準集団の大学生平均以下から大学生平均以上に上昇した者 4 名と、それには至らない者 1 名の計 5 名 (大幅な上昇群)
- ④ 本プログラム参加者の標準偏差内で大きな減少を示した者 1 名と、標準偏差外で減少を示した者 1 名の計 2 名 (下落群) である。

まず①の高群についてだが、4 名それぞれの下位尺度得点を図 A、図 B、図 C、図 D に示す。これらを見ると、4 名すべてが、規準集団の大学生平均と同じかそれ以上の得点を示し、本プログラム参加者の平均値と比べても、それ以上の点数を示していることが分かる。また、図 2 をみると、プログラム開始時と全プログラム終了時との差が比較的小さいことがみて取れる。しかし、プログラム開始前に臨床心理士が行った面接から得られた情報や、プログラムを実施した臨床心理士と精神保健福祉士の印象、各大学の学生相談室の臨床心理士から得られた情報、就職課等の職員や保護者から得られた情報、自発的に提出された診断書や心理検査所見などからの情報を勘案すると、この 4 名については、自分自身の言動や傾向を厳密に評価したうえで高い自己肯定感を抱いているというよりも、本質的にはかなり低い自己評価、乏しい自己肯定感があり、それを補うために、その一種の防衛として、自己を過大に評価しているように思われる。第三者からすると、他の者と比べて、それほどまでに高い自己評価を感じるような特質があるとは感じられないという、第三者的な評価との認識上のズレが特徴であると考えられ、ある種の自己中心性が感じられる。したがって、この 4 名に関しては、他者が自分のことをどう捉えるかという他者の視点や、社会的な規範、社会通念といったものがうまく内在化できていないように思われる。また、プログラム開始時と終了時の差が比較的小さい点からは、上で述べたような防衛的傾向が性格防衛様の一貫した人格特性として固まってしまっているからではないかと考えられる(防衛的な自己中心型)。

次に、②の低群について、4 名それぞれの下位尺度得点を図 E、図 F、図 G、図 H に示す。この 4 名についても、①の高群と同様に、本質的な自己評価はかなり低いように思われる。けれども、①の高群とは異なり、他者が自分のことをどう認識するかという視点は内在化されているように思われる。だが、そのような視点が青年として発達段階相応のものに修正・緩和されていないため、自分の個々の体験を厳しく、過酷なまでに評価してしまい、その結果、自責感がかなり強くなり、自己評価が実際以上に低くなってしまっているように思われる。また、この低群だけは、他群や全参加者の平均と比べて「自己解放性・人間信頼」の得点も低い。ここからは、自らの個々の体験や言動に対してのみ否定的なだけでなく、抽象的な概念としての自己の総体に対してまで否定的、自責的な態度が推定されるが、このような心理が非常に強い自責感を生み出すのではないかと考えられる。さらに、①の高群とは逆に、第三者からは、もっと自分を肯定的に評価してもいいのではないかと印象をもたれながらも、本人たちは自分に対して非常に低い評価を下すという点が特徴的と考えられる。知的能力が高い者ほど自責傾向が強いと言われているが、この低群はまさに、知性的な者たちである。なお、この低群も、①の

高群と同様に、図 2 からはプログラム開始時と終了時の差が比較的小さいように思われる。これは、低群と同様に、おそらく強い自責や自己批判という行動のスタイルが一貫しており、人格特性として固まってしまっているからではないかと考えられる(過酷な自責型)。

続いて、③の大幅な上昇群 5 名それぞれの下位尺度得点を図 I、図 J、図 K、図 L、図 M に示す。この 5 名についても、根底には同じく低い自己評価があると思われるが、自分を評価するための基準(他者や社会が自分のことをどう認識するかという視点や社会通念など)がうまく内在化されていないため、自分で自分を適切に評価できず、その結果、他者からの評価に過敏に反応してしまうと考えられる。日常生活では、他者からの否定的な言動に過敏に反応して傷つき、乏しい自尊心しかもてていないように思われるが、本プログラムのグループでは、他の参加者に対して否定的な発言はせず、肯定的な側面に対してのみ応答するという設定があったことで、プログラム中は全般的に心理的な安全感が感じられたようである。したがって、「他者からの評価＝自己評価」という図式から、他の参加者からの肯定的な反応を受けて、自己肯定意識が大きく上昇したのではないかと考えられる。だが、大幅な上昇後の得点分布は、①の高群とは異なり、規準集団の大学生の標準偏差内にはほぼ収まっており、一時的なものであるかもしれないにせよ、自分の言動を現実的に評価し、捉えたうえで相応な自己評価なのだろうと思われる(他者評価過敏型)。

最後に、④の下落群 2 名のそれぞれの下位尺度得点を図 N、図 O に示す。この 2 名も、やはり本質的な自己評価は低いと考えられるが、他者が自分の言動をどう認識するかという視点は抽象的な次元では内在化されており、そのような視点から自分を批判的に評価したために、自己評価が下がってしまったように思われる。しかし、②の低群とは異なり、具体的な行動スタイルの水準で自らを否定する面が主で、抽象的な人格特性水準の自己像に対して一貫して否定的とまではいかないため、②の低群ほど自らの体験を厳しく、過酷なまでに評価するわけではないように思われる。また、そのような自己批判的な側面が人格特性として固まってしまっているわけでもないため、全プログラム終了時には得点が下がってはいるものの、むしろ、図 N にみられるように、規準集団の大学生平均の方に近づいており、相応の自己評価に落ち着いたとも考えられる。第三者の視点からすると、プログラム中は適度に自分を表現し、他の参加者に好意的かつ自然体でかかわっているように思われたが、本人の基準からはそうは感じられず、自己批判的な面が強まってしまったのではないかとと思われる(自己批判型)。なお、図 O の HH に関しては、規準集団の大学生平均値を超えている図 N の FK とは異なり、元々かなり低い自己肯定意識得点を示している。図 O をみると、對自己領域の点数の方が對他者領域よりも明らかに低い。ここからは、自己表象に対してかなり強い批判が働いていると考えられるが、実際、図 2 に目を向けると、HH は、②の低群にかなり近い分布であり、心理的な機制としても、②の低群にみられるような、厳しい自責の心理に近いものがあるのではないかと推測される。

自己肯定意識尺度得点の分布のあり方から個人の心理を理解するうえでは、単に自己肯定感が高いか低いか、あるいは上昇したかどうかではなく、相対的な視点を持ちながら、その変動や動き、あるいは動きのなさなどを動的に捉えていくことが必要であると思われる。

2. 自己理解についての考察

以下では、自己評価と自己記述とを区別したうえで、自己理解、とりわけ自己をどう記述するかという点に焦点を当てて考察したい。そこで、上述の4群それぞれの、自己をめぐる文章完成法の記述(表2)について考察する。

まず高群(防衛的な自己中心型)についてだが、自己をめぐる文章完成法への記入を求めようになった第Ⅲ期以降の3名について検討したい。表2のTHをみると、プログラム開始前の時点で、「私の長所は『自分の世界観や価値観を持っているところ』です」と書いたり、8回目の時点(6回目を欠席したため)では、「私が自信をもっているのは『文章を書いたり、要約すること。情報をまとめること。思考すること』です」、「私は、人との関係では『受動的』であることが多いです」と書くなど、知性化による防衛(困難な感情を回避するために、過度に抽象的な観念作用を用いる)の強さが感じられる。また、「私が憧れるのは『周りに頼られる精神的に強い女性』みたいな人です」という記述や、プログラム中の言動からは、(無意識にはあるだろうが)精神的に強い女性を演じようとしているように思われる。次に、ATは、プログラム開始前の時点の「私の長所は『優しいところ、~~気遣い~~をるところ』です」という記述や、「私が自信をもっているのは『油絵と』です」、6回目の時点の「人からはよく『真面目』『正直すぎ』と言われます」という記述の取り消しにみられるように、打ち消しによる防衛(以前に行った発言や行為から、それに含まれる恥ずべき意味合いなどを否定しようと試みる)の強さが感じられる。また、NTをみると、プログラム開始前とプログラム6回目の時点での記述がほぼ同一である。このようにほとんど同じ記述となってしまったのは、6回目では、プログラム開始前に記述した記録を参照せずに記入して欲しいと伝えているものの、それでは書けないからといい、プログラム開始前の記述を参照したためである。したがって、自己をめぐる記述的な理解が増大したとは言い難いように思われる。この群は、総じて自己記述がいくらか詳細になり、豊かになっているようにも思われるが、防衛的な意味合いも少なくないことに留意しておく必要を感じる。

次に、低群(過酷な自責型)についてだが、自己をめぐる文章完成法への記入を求めようになった第Ⅲ期以降の2名について検討したい(1名は欠席が重なり、データに不足があるため除外した)。TDは、プログラム開始前の時点での記述も、プログラム6回目の時点での記述も、それなりの分量で自身について記述できている。プログラム開始前の時点での「私は、人との関係では『口数が少ない』であることが多いです」が、プログラム6回目の時点では、「私は、人との関係では『控え目』であることが多いです」となっており、抽象的な次元で、自らを肯定的に捉え直すことができるようになったと考えられる。また、TYも同様に、それなりの分量で自らについて記述できている。さらに、プログラム開始前の時点では無記入だったにもかかわらず、プログラム6回目の時点では、「私の長所は『色々なことに気づくこと』です」「人からはよく『気がきく』と言われます」などと自己への肯定的な理解を記述できている。このような記述の量的な側面に関しては、この群の知性の高さも大いに関係していると思われる。もう一方の、自らについて質的にいくらか肯定的に記述できるようになった点に関しては、個々の言動の水準では肯定的な評価や理解ができるようになったからだろうと思われる。けれども、先に考察した自己肯定意識に表されるような、人格特性的な抽象的、概念的な自己の水準ではあくまで自

己否定的、自責的な傾向が強いことを考慮すると、自己記述的な側面のデータだけではなく、自己評価的な側面のデータも勘案して検討していく必要があることが示唆されるように思われる。

続いて、大幅な上昇群(他者評価過敏型)についてだが、自己をめぐる文章完成法への記入を求めるようになった第Ⅲ期以降の4名について検討したい。HAはプログラム開始前の時点では、「私の長所は『声が大きいこと、時間はきちり守ること』です」と、行動上のスタイルについての記述であったものが、6回目の時点では、「私の長所は『明るく積極性があるところ』です」と、抽象的、概念的な自己像について記述できるようになっている。また、プログラム開始前の時点では、「人からはよく『珍獣』と言われます」と、自らを抽象的かつ全般的な傾向として否定的に記述していたが、6回目では、「私は、人との関係では『ムードメーカー』であることが多いです」と、自身の肯定的な側面をいくらか抽象的に記述できるようになっている。KAは、プログラム開始前の時点では、「私が自信をもっているのは『ミシンを使いこなせるところ』です」と、自らの行動の具体的な側面について記述していたのが、6回目の時点では、「私が自信をもっているのは『手先が器用なところ』です」と、抽象的な人格特性として記述できるようになり、開始前には、「人からはよく『不思議、天然』と言われます」と否定的に記述していた面に関しても、「人からはよく『大人しい』と言われます」と、いくらか抽象的な次元で、自らを肯定的に捉え直すことができるようになっている。次にKAは、プログラム開始前の時点では、「私が熱中したものは『漫画「映像研には手を出すな!」』です」と固有名詞で記述していたのが、プログラム6回目の時点では、「私が熱中したものは『イラストを描くこと』です」と、いくらか抽象的に自身を捉えられるようになっている。また、プログラム開始前には、「人からはよく『変人』と言われます」と否定的な人格特性について記述していたが、6回目の時点では無記入となっている。いまだに新たな形で自身の肯定的な側面を思い描けたわけではないので、何も記述できなかったのだろうが、ここからは、少なくとも否定的な描写をしなかったという意味で、いくらかは肯定的な態度で自分を見つめることができるようになったのではないかと推測される。次に、SSに関してだが、このSSは上昇群の他の4名とは異なり、自己肯定意識が大きく上昇したとはいえ、規準集団の大学生平均値を超えるものではない。けれども、「私の長所は『勉強をまじめにする』です」が、6回目には、「私の長所は『まじめなところ』です」と、より抽象的な人格特性水準での記述になり、「私が自信をもっているのは『字がきれいなこと』です」という記述は、「私が自信をもっているのは『うそをつかないこと、字がうまいこと』です」と、行動上のスタイルの次元ではあるが、より抽象的で肯定的な認識が加わっている。また、「人からはよく『ネガティブ』と言われます」という記述に、「人からはよく『ナマケモノ、ネガティブ』と言われます」と、「ナマケモノ」というどこか愛嬌のある記述が加わっている点からは、自己評価が変わったことによって、自分自身についての認識や自己理解のあり方が変容したことがみてとれる。このように、大幅な上昇群は、肯定的な側面に関しては、想起される個々の体験をいくらか肯定的に捉え直し、それを抽象的、概念的な自己へとつなげることができるようになったと思われる。しかし、自己の否定的な面に関してはいまだに、想起される個々の具体的な体験と抽象的な次元で捉えられる自己とのつながりが弱いままであり、相対的に否定的な自己像が優勢のままであるように思わ

れる。

最後に、下落群(自己批判型)の2名について検討する。FKは、プログラム開始前の時点では、「私の短所は『一つに集中すると他の事に対して注意を向けなくなる事』です」と記述していたものを、「私の短所は『挙動不審』です」と、より抽象的な次元で否定的に捉えるようになってしまっている。プログラム開始前の時点では何も書けていなかったが、「私は、人との関係では『聞き手役』であることが多いです」と、行動の水準ではあるものの、一応記述できるようになったところからは、自己理解がいくらかは進んだとも言えそうだが、どのような体験が「挙動不審」といった自己理解へと変容させてしまったのかについては検討していく必要がある。また、HHに関しては、元々本プログラムの標準偏差外の低い自己肯定意識を示しながら、さらにプログラム後に得点の減少を示した者だが、プログラム開始前の時点では、「何も書けない」といい、無記入であったのが、プログラム6回目の時点では、ただ一つ、「私の短所は『努力ができないこと』です」とだけ記入した。HHは、1対1の個人面接の状況であれば、葛藤をそれほど刺激することのない事柄についての対話は可能であったが、半年前から「履歴書にはまだ一言も書けていない」といい、「自分のことを(人に)伝えたくない」、「伝えたくなさ過ぎて、もはや何がなんだか分からない」と述べるなど、非常に葛藤的で否定的な自己像がうかがわれた。また、グループのなかでは、他の参加者となかなか関わることができず、回を重ねるごとに、プログラムへの参加態度が拒否的なものになっていった。すでにプログラム開始前の時点で、自分自身に向き合うことへの強い抵抗が感じられたが、これは、概念的かつ全般的な自己像がかなり否定的な認識に彩られているからではないかと考えられる。そして、他の参加者と比べて積極的にプログラムに参加できなかった自分を、行動の次元でさらに否定的に評価、認識した結果、「努力ができない」という否定的な自己の記述に至ってしまったのではないかと考えられる。

3. 本プログラムのまとめと今後の課題

3年間で計7期、総計44名の学生を対象にプログラムを実施し、自己評価と自己理解(自己記述)とを区別したうえで、それぞれについて考察を行った。

まず、自己肯定意識のあり方から、特徴的な4群を抽出・分類し、それぞれに共通する傾向をもとに、高群―「防衛的な自己中心型」、低群―「過酷な自責型」、大幅な上昇群―「他者評価過敏型」、下落群―「自己批判型」と名づけた。これらの群には、その対応に際して異なるアプローチが有用ではないかと思われる。今後、それぞれの群の特徴や傾向についてさらに検討し、理解を深めたうえで、どのようなアプローチがより効果的であるのか検証していきたい。

次に、各参加者の自己記述から、自己理解のあり方について考察した。とりわけ、想起される個々の自己体験と、抽象的、概念的な自己像との関連をめぐって考察を行った。

また、これらの考察から、単に自己評価の側面のみ、あるいは自己記述的な側面のみによる理解ではなく、自己評価の側面のデータと自己記述的な側面のデータを有機的に結びつけながら、理解を深めていくことが重要であると思われた。

プログラムの内容に関しては、三年間をとおして、自己肯定感や自己理解を促進するという

目的により適ったものとするため、適宜修正を加えてきたが、今後もさらに洗練を図っていきたいと考えている。

本プログラムは、本格的な就職活動の前段階として、広く「自分とは何なのか」ということを理解する取り組みに焦点をあてたものである。実際に就職活動で求められる具体的なスキル(履歴書やエントリーシートの書き方、採用面接の場での適切な応答に関するスキルなど)についての対応は各大学、短大の就職支援課などに任せることとし、より内面的、心理的な次元で、自らをしっかりと内省し、自分の長所や短所、コミュニケーションの様式、性格傾向などの人格の全側面を総じて肯定的に理解したうえで、全体としての自分を社会人として適切にアピールできるようになることを目指した。その結果、自己肯定意識は有意に上昇した。本プログラムによって、自分について理解を深めつつ、一方で他の参加者も自分と同じように感じたり、悩んだりしていることを知り、同じ一人の人間としてある種の安堵を感じられたことで、積極的に就職活動に参加できるようになった者、さらには内定、就職に至った者もあり、一定の役割は果たせたのではないかと考える。

三年目となる本年度は初めて二期に渡ってプログラムに参加した者がおり、この学生 TK は、初回の参加時には、自己肯定意識尺度の得点が増え、二回目の参加のプログラム開始前の時点では、さらにわずかながら自己肯定感が高くなっていったが、二回目のプログラム終了時にはわずかに減少を示した。TK は、「1 回目と比べると、少しは落ち着いて出来たのかな」と記述していたが、「自分のことばかり気にしすぎて、ほかの人の考えとかしっかりと聞いていなかったところが良くなかった」と述べている。プログラム中の発言が増え、感想を簡潔に記入できるようになるなど、いくつかの点では前進がみられたように思われるが、一回目と二回目のプログラムの内容がまったく同じものであったため、初回の参加時以上の成果を自らに求め、その結果、厳しい評価を下してしまったのかもしれない。今後は、二回目の参加者用のアドバンスドのプログラムを作成することなども視野に入れていく必要があると思われる。また、アドバンスドのプログラムでは、これまでよりもいづらか、実際の就職活動と直接につながるような内容も盛り込み、立体的な対応となるよう心がけたい。

なお、本プログラムは大学や短大の外部にある医療機関で行ったものであり、大学や短大という心理的な生活世界の外側の文脈で行ったことに一定の意義があったと思われる。しかし、規模の大きな大学などでは、学内で同種の取り組みを行っているところもある。大学内部で同じようなプログラムを行った場合と比較して、外部にある機関にはどのような意義があるのかなども、今後検討していく必要があると思われる。

最後に、本プログラムでは、補助金が得られたことで、各参加者が無料でプログラムに参加できた点の意義を看過することはできないと思われる。将来的には有料で実施できるようになることが望ましいと考えるが、現時点ではいまだプログラムの開発、検証、精緻化の途上であり、有料でプログラムを実施できる段階には達していないように思われる。そのような意味でも、また上で述べたような今後の課題についてさらに検討していくためにも、本事業をさらに継続していく機会が得られれば幸いである。

プログラムの内容

回	テーマ	内容
1	自分の特徴の理解（自己理解）	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 短所について分析し、長所に言い換える
2	他者を通した自己理解（他己分析）	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自分理解 家族や知り合いとの関係の分析を通した自分理解
3	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> 東大式エゴグラム（客観的な自己理解） 事業フィールドからの分析 会社観の分析
4	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習
5	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 上手な頼み方について具体例をもとに学習
6	会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 自分のことをどう表現できるかについて考えてみる
7	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通した自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 面接者役、面接官役のロールプレイ 映像による模擬面接場面の振り返りと検討
8	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> ストレス反応やストレスへの対処法について学習 全8回の体験の振り返り

資料2 自己肯定意識尺度

自己受容

- 自分なりの個性を大切にしている
- 私には私なりの人生があってもいいと思う
- 自分の良いところも悪いところもありのままに認めることができる
- 自分の個性を素直に受け入れている

自己実現的態度

- 自分の夢をかなえようと意欲に燃えている
- 情熱をもって何かに取り組んでいる
- 前向きの姿勢で物事に取り組み組んでいる
- 自分の良い面を一生懸命伸ばそうとしている
- 張り合いがあり、やる気が出ている
- 本当に自分のやりたいことが何なのかわからない (※)
- 自分には目標というものがない (※)

充実感

- 生活がすごく楽しいと感じる
- わだかまりがなく、スカッとしている
- 充実感を感じる
- 精神的に楽な気分である
- 自分の好きなことがやれていると思える
- 自分のはのびのびと生きていると感じる
- 満足感もてない (※)
- ころから楽しいと思える日がない (※)

自己閉鎖性・人間不信

- 他人との間に壁をつくっている
- 人間関係をわずらわしいと感じる
- 自分は他人に対してところを閉ざしているような気がする
- 自分はひとりぼっちだと感じる
- 私は人を信用していない
- 友だちと一緒にいてもどこかさびしく悲しい
- 友人と話しているでも全然通じないので絶望している
- 他人に対して好意的になれない

自己表明・対人積極性

- 相手に気を配りながらも自分の言いたいことを言うことができる
- 自分のなつとくのいくまで相手と話し合うようにしている
- 疑問だと感じたならそれらを堂々と言える
- 友だちと真剣に話し合う
- 人前でもこだわらなく自由に感じたままを言うことができる
- 人前でもありのままの自分を出せる
- 自主的に友人に話しかけていく

被評価意識・対人緊張

- 人から何か言われていないか、変な目で見られていないかと気にしている
- 人に対して、自分のイメージを悪くしないかと恐れている
- 自分が他人の目にどう映るかを意識すると身動きできなくなる
- 他人に自分の良いイメージだけを印象付けようとしている
- 無理して人に合わせようとしてきゅうくつな思いをしている
- 自分は他人より、おどっているかすぐれているかを気にしている
- 人に気をつかいすぎてつかれる

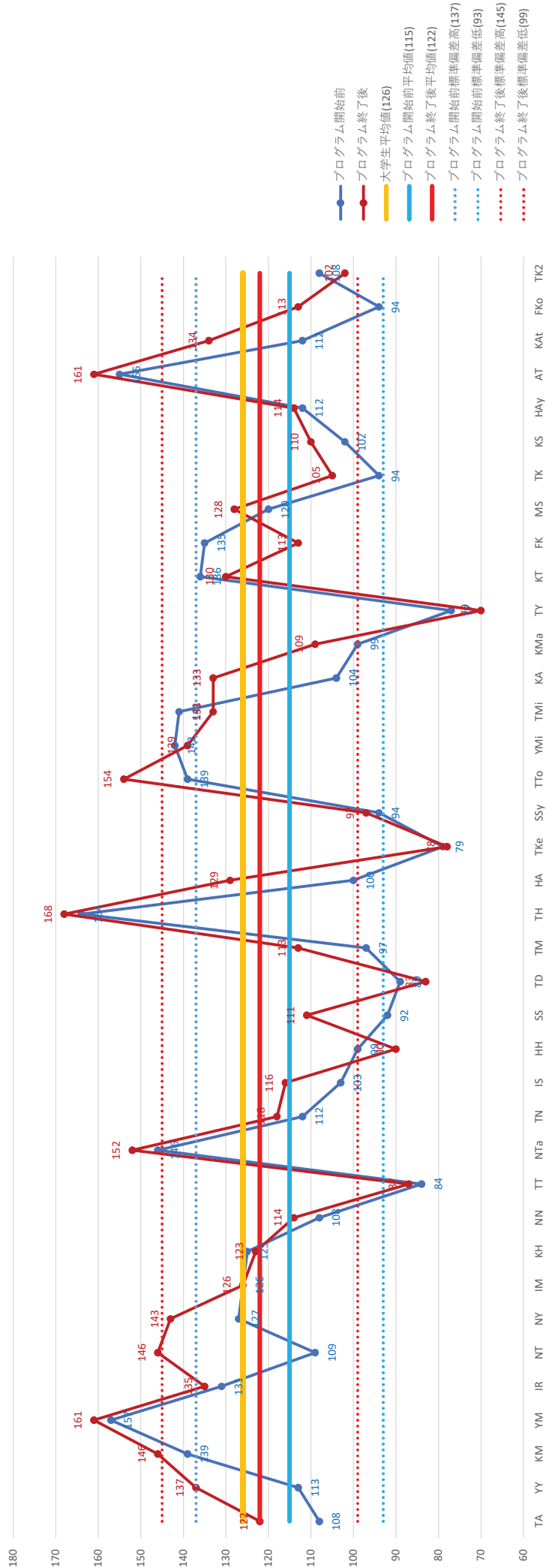


図2 全7期のプログラム開始時とプログラム終了時の自己肯定意識尺度得点と規準集団の平均値

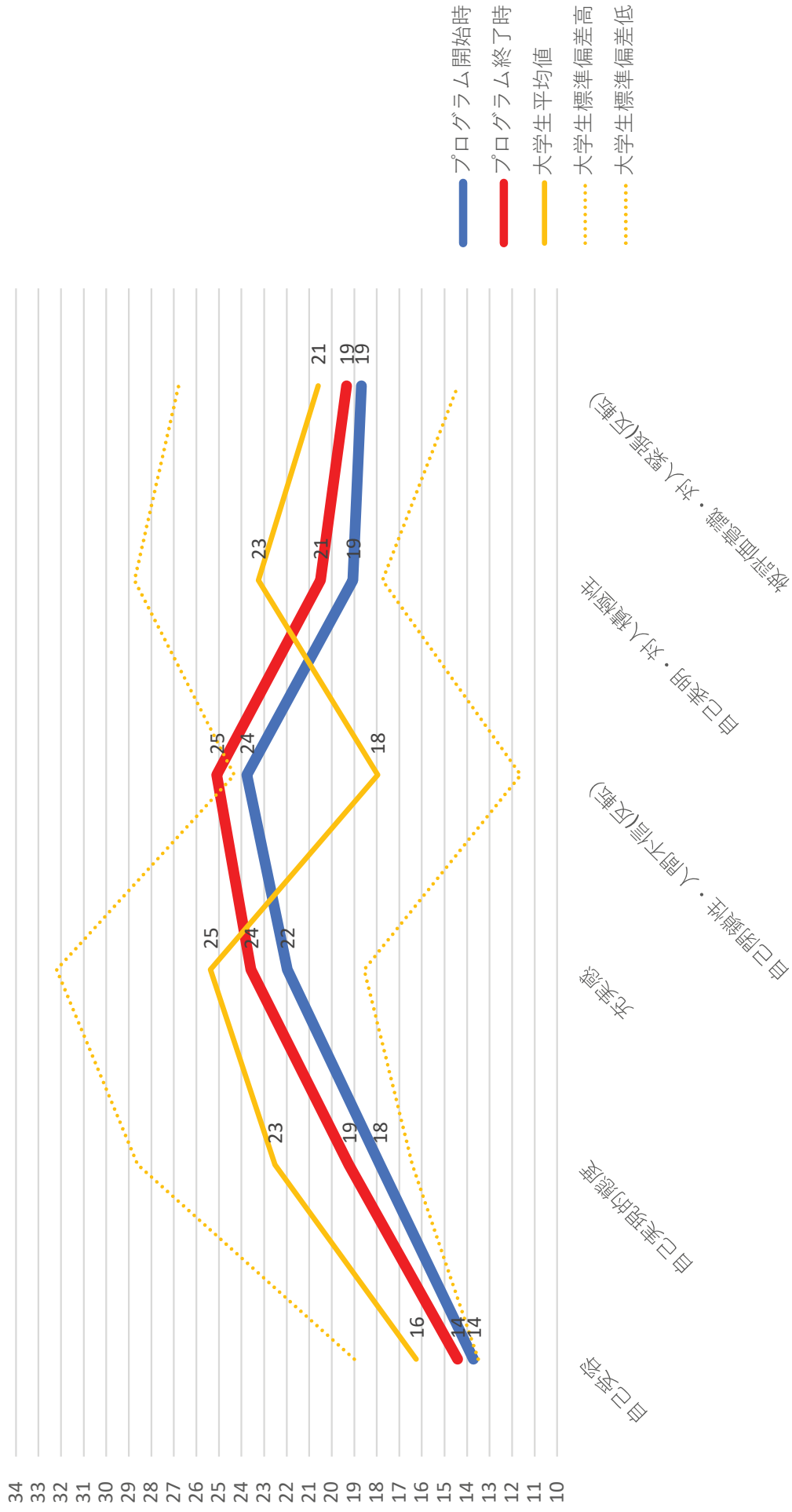
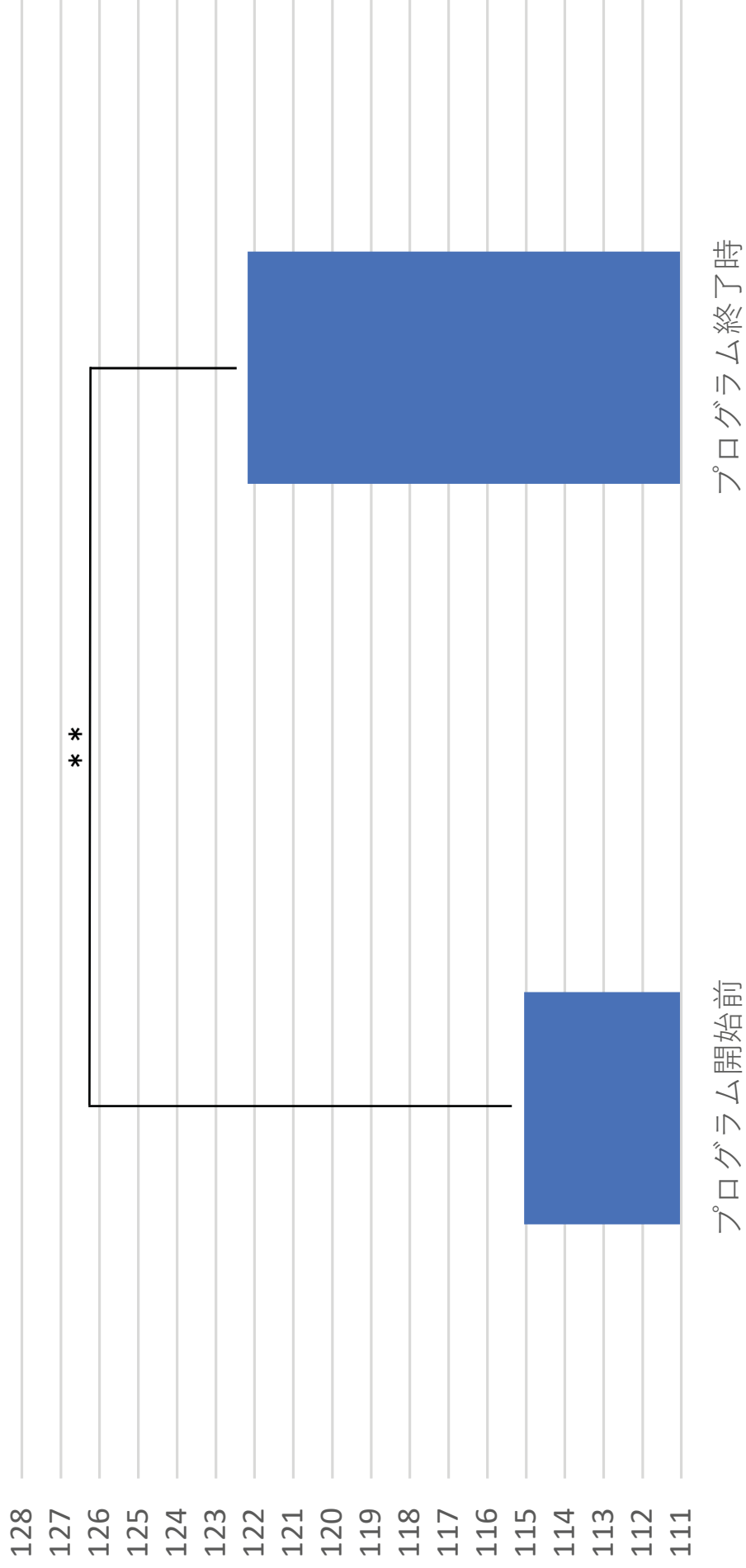


図3 自己肯定意識尺度下位尺度の平均点の推移



** : $p < 0.01$

図4 自己肯定意識尺度の合計点の平均値のt 検定

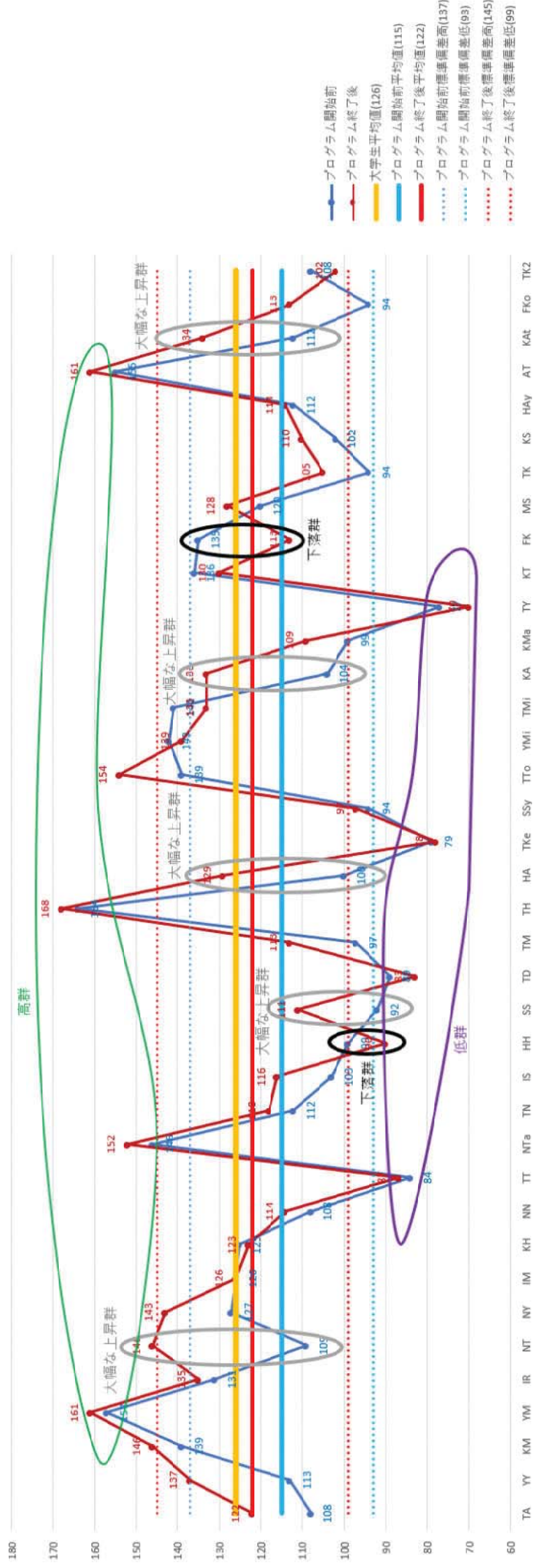
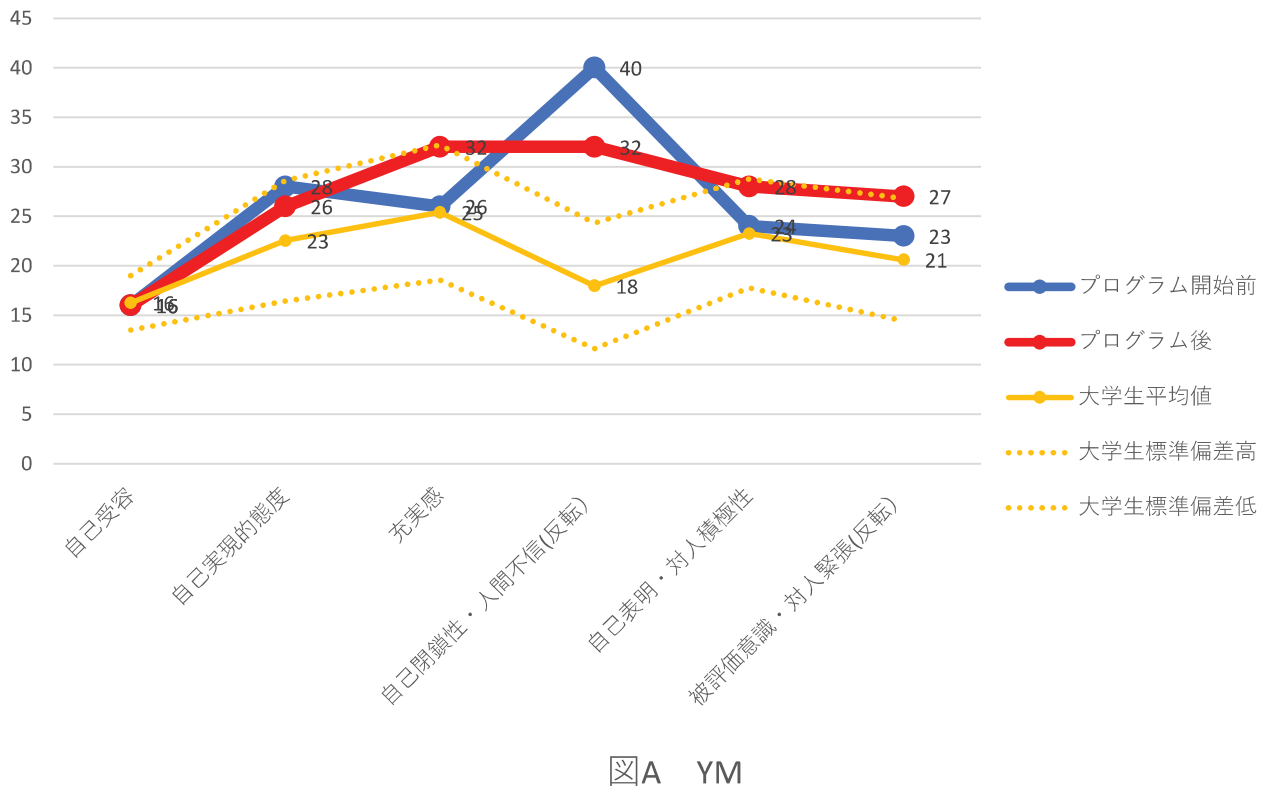
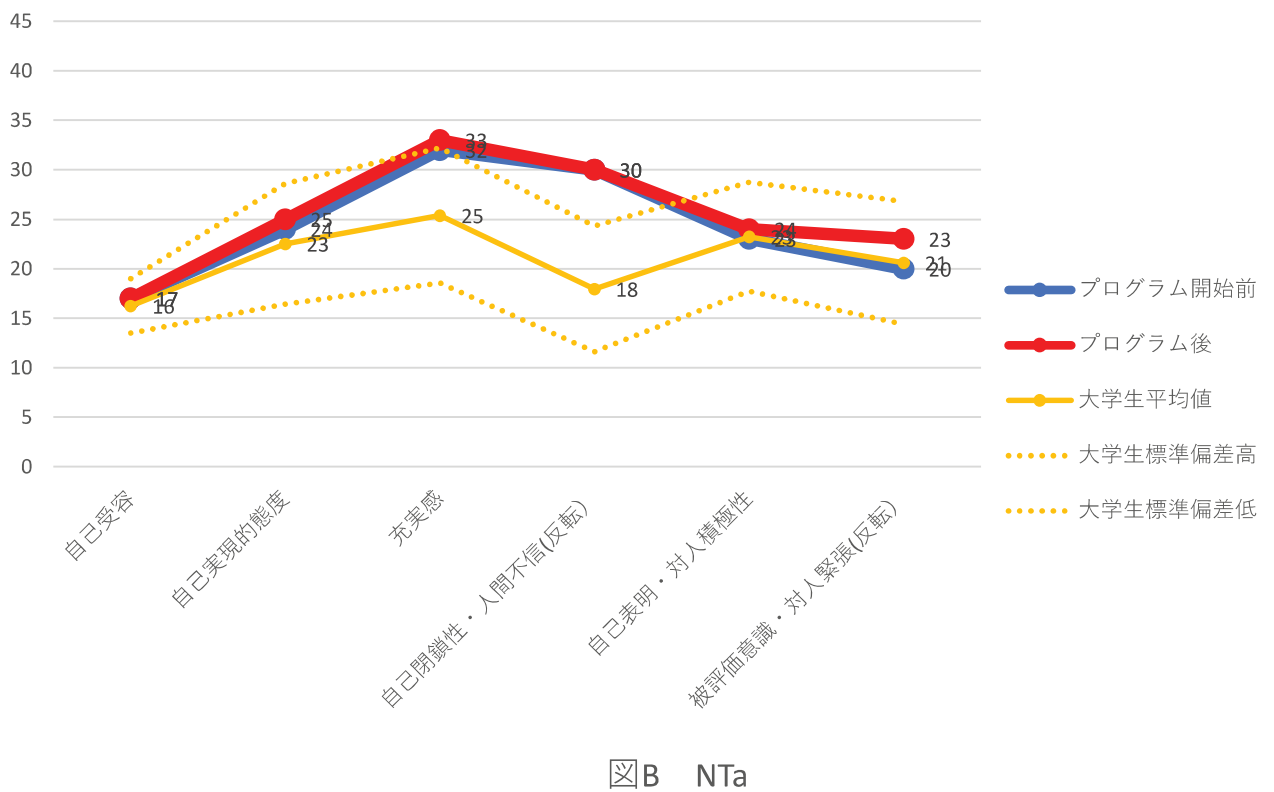


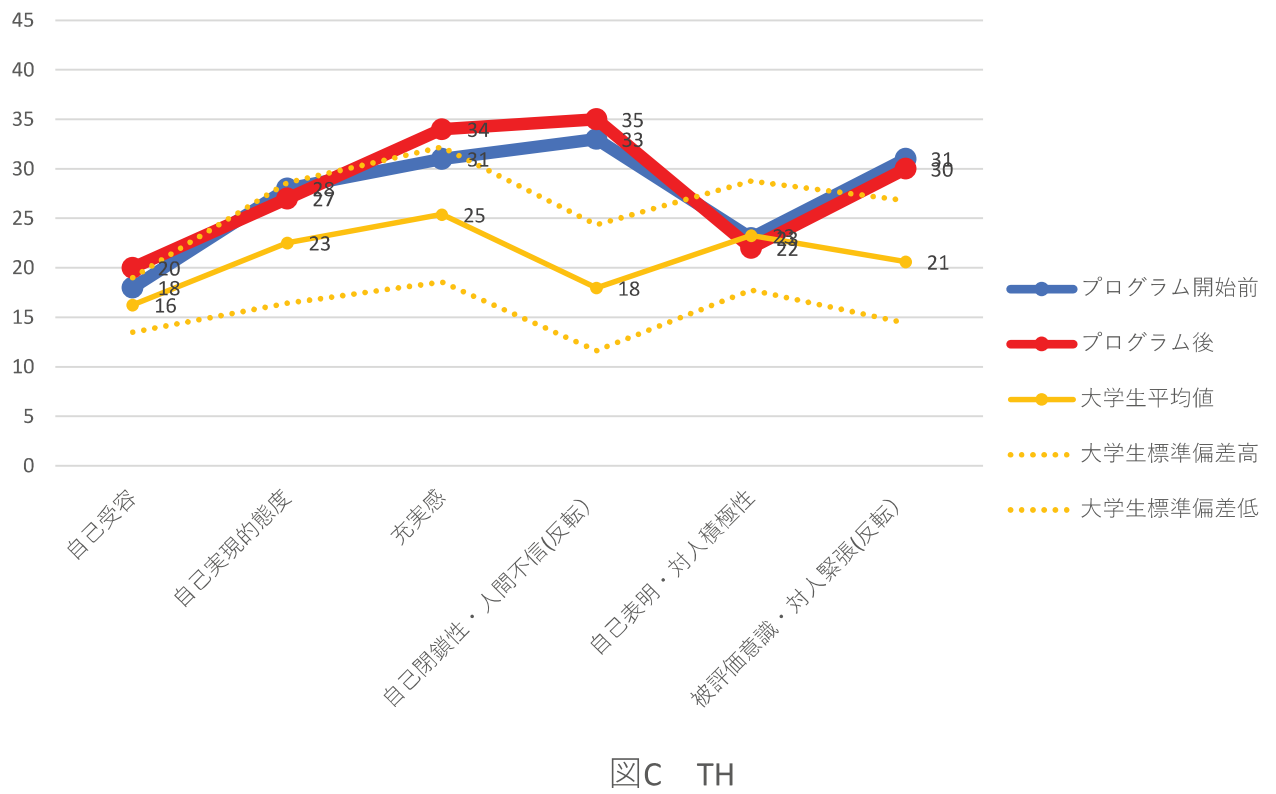
図5 自己肯定意識尺度得点による4群の分類



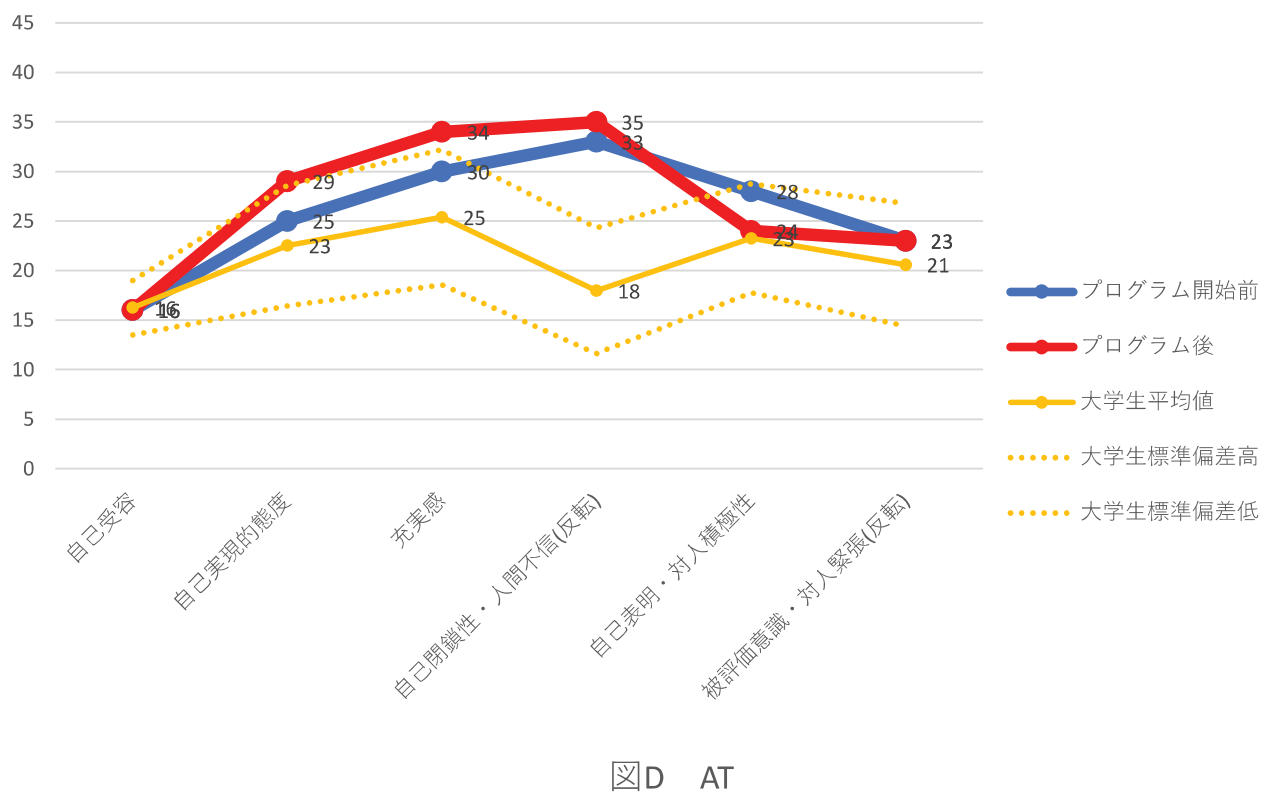
図A YM



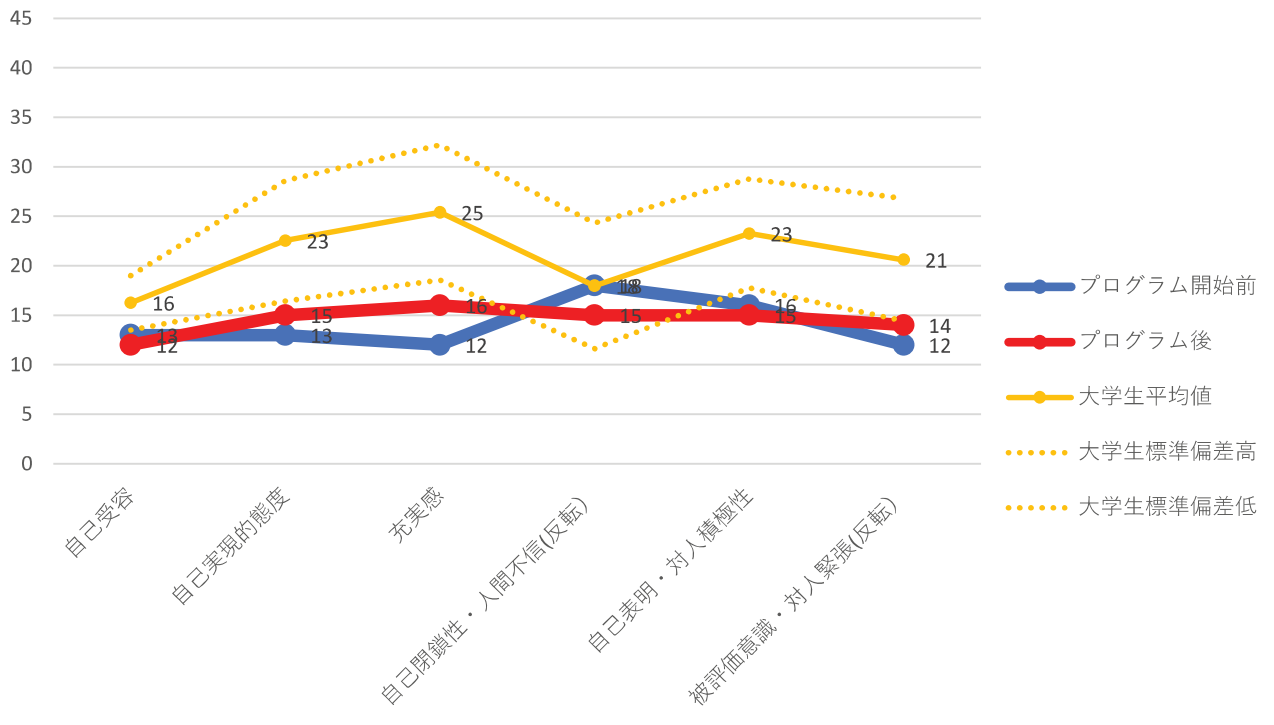
図B NTa



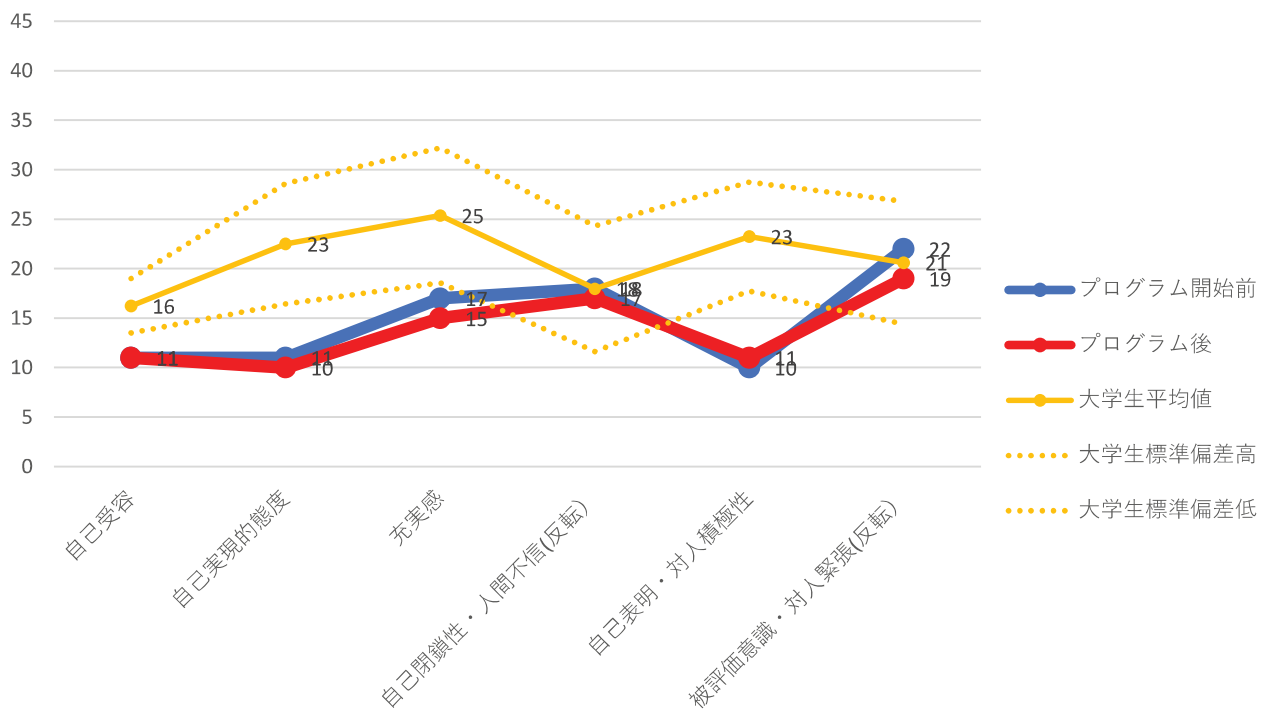
図C TH



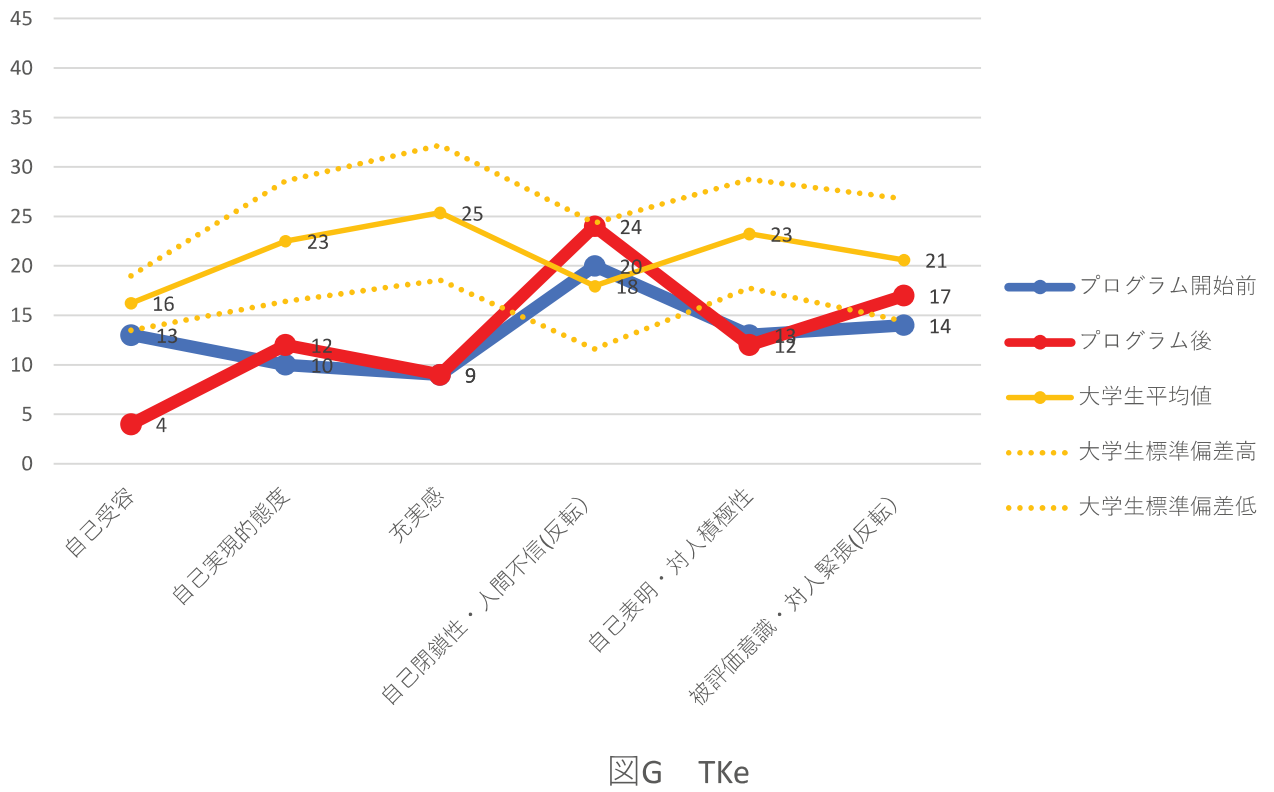
図D AT



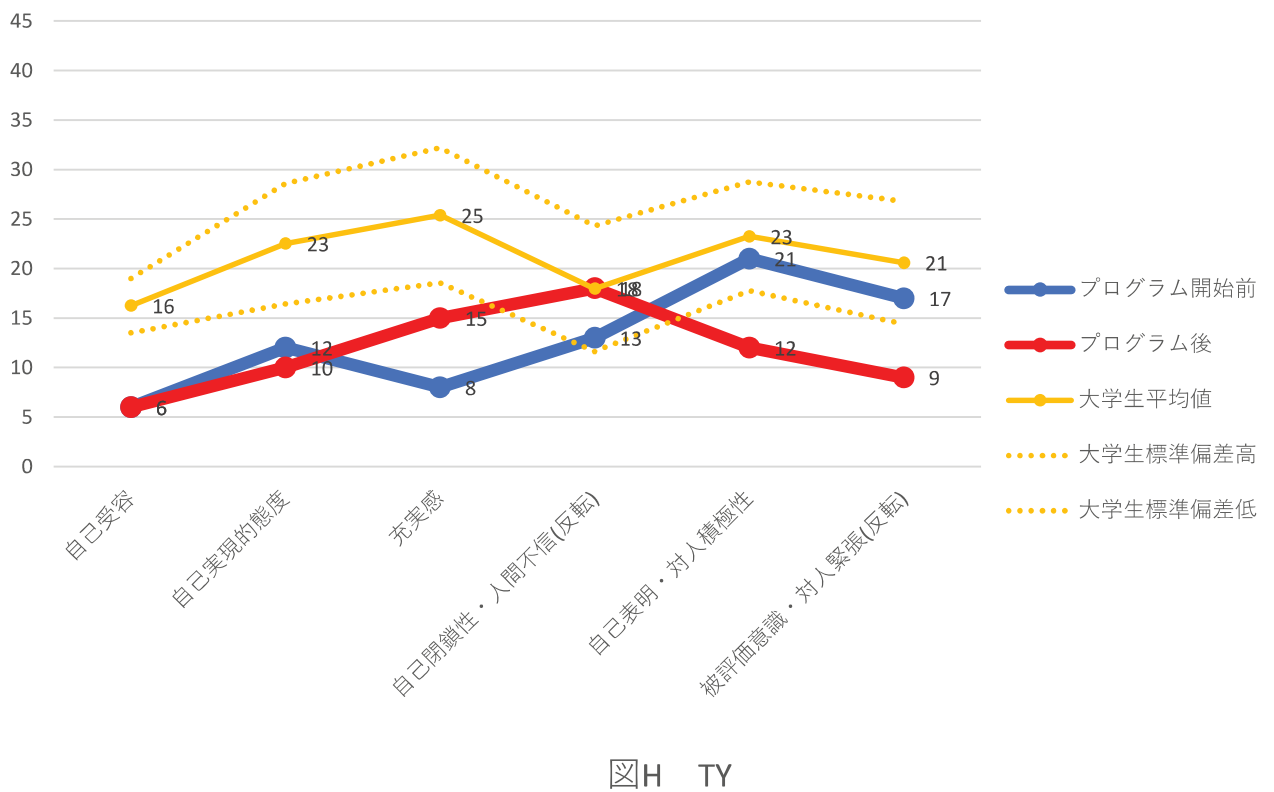
図E TT



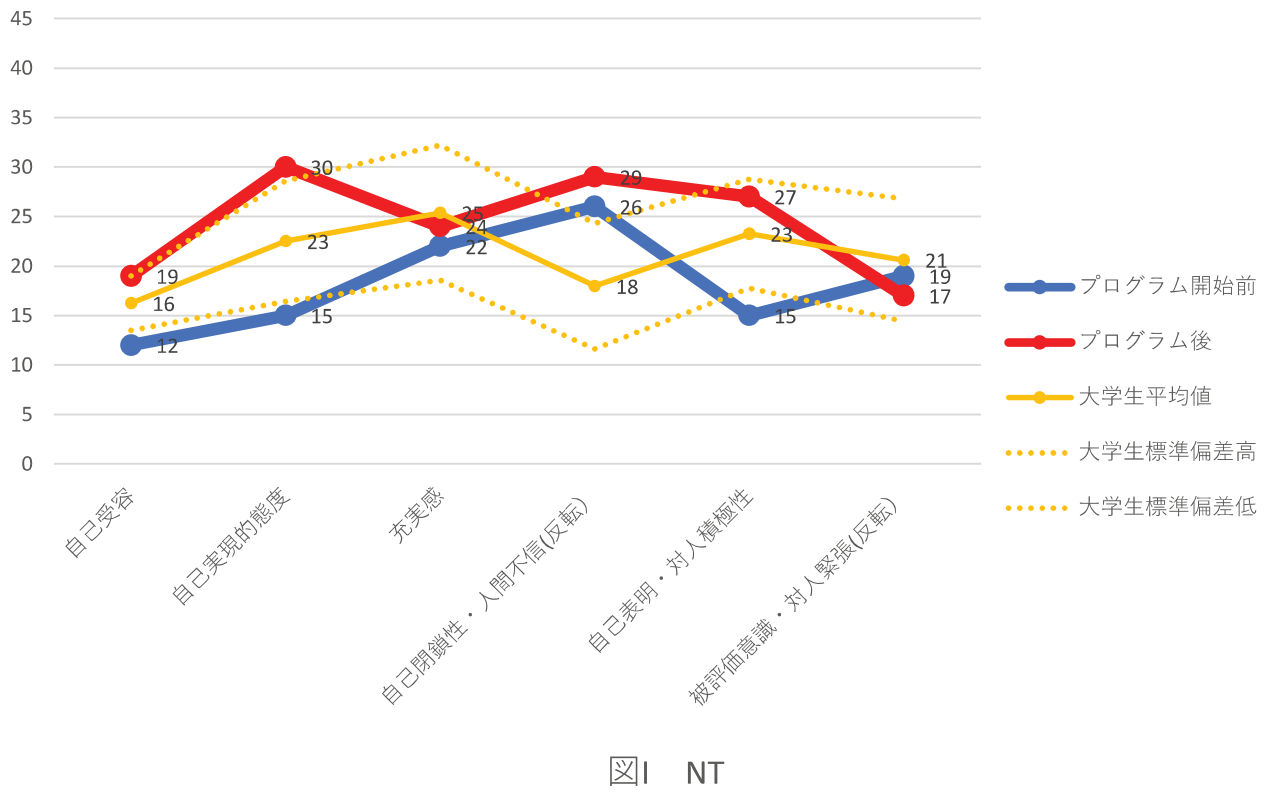
図F TD



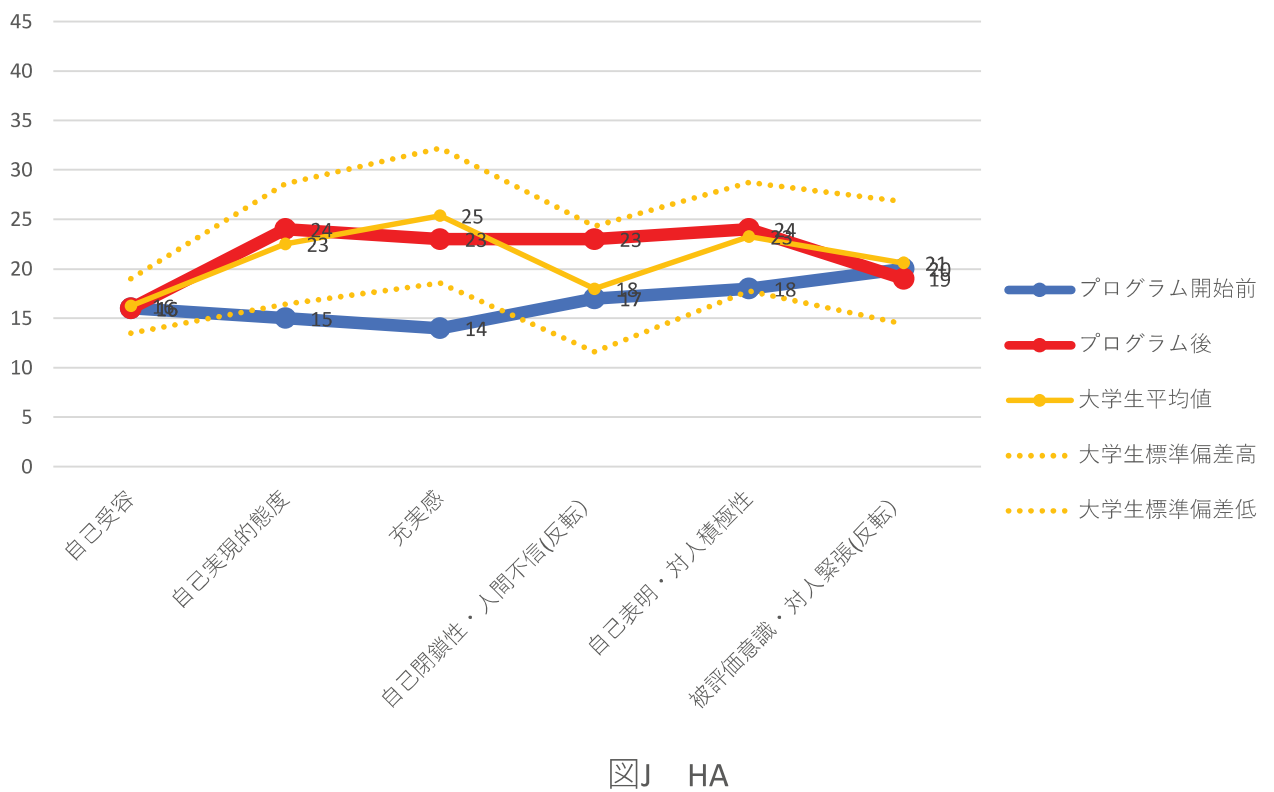
図G Tke



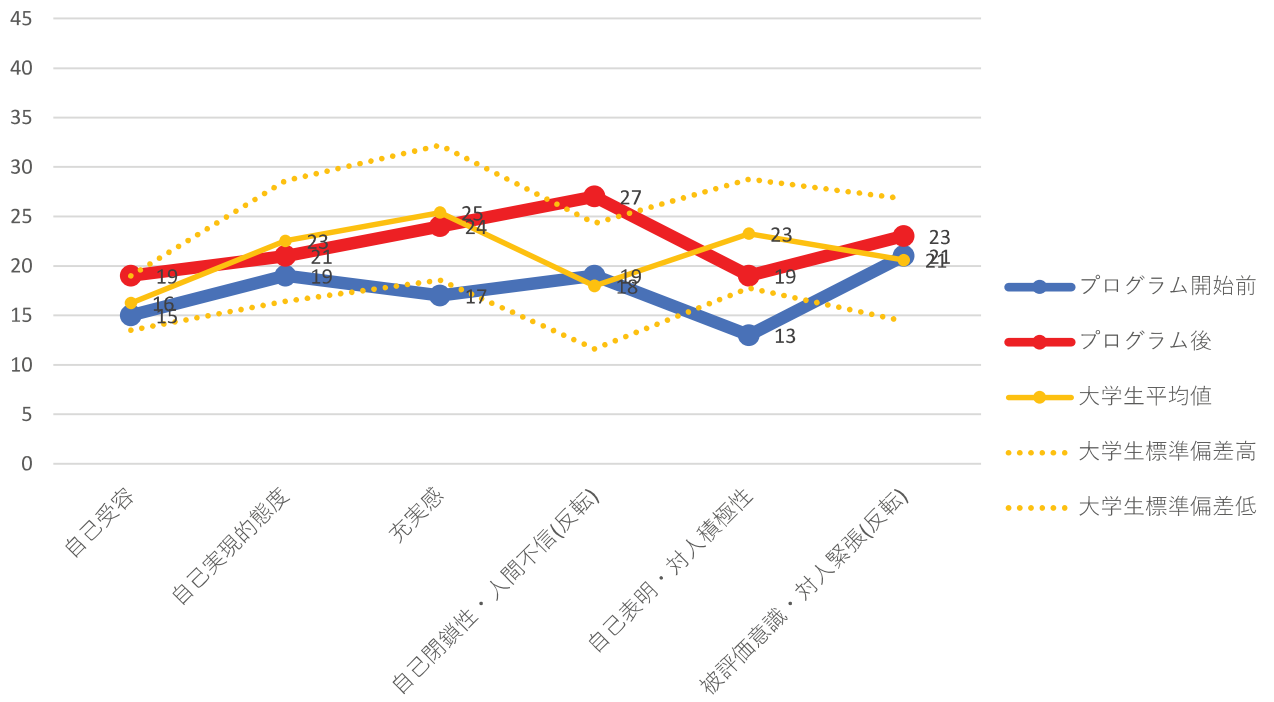
図H TY



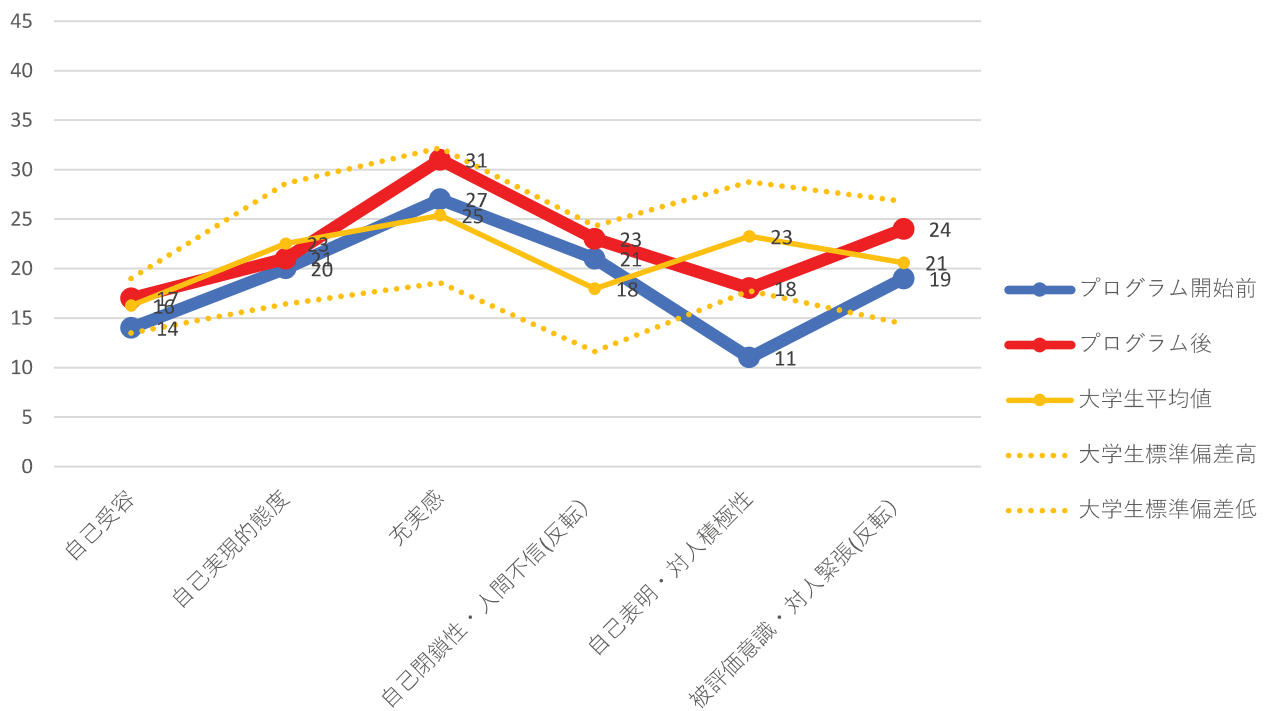
図I NT



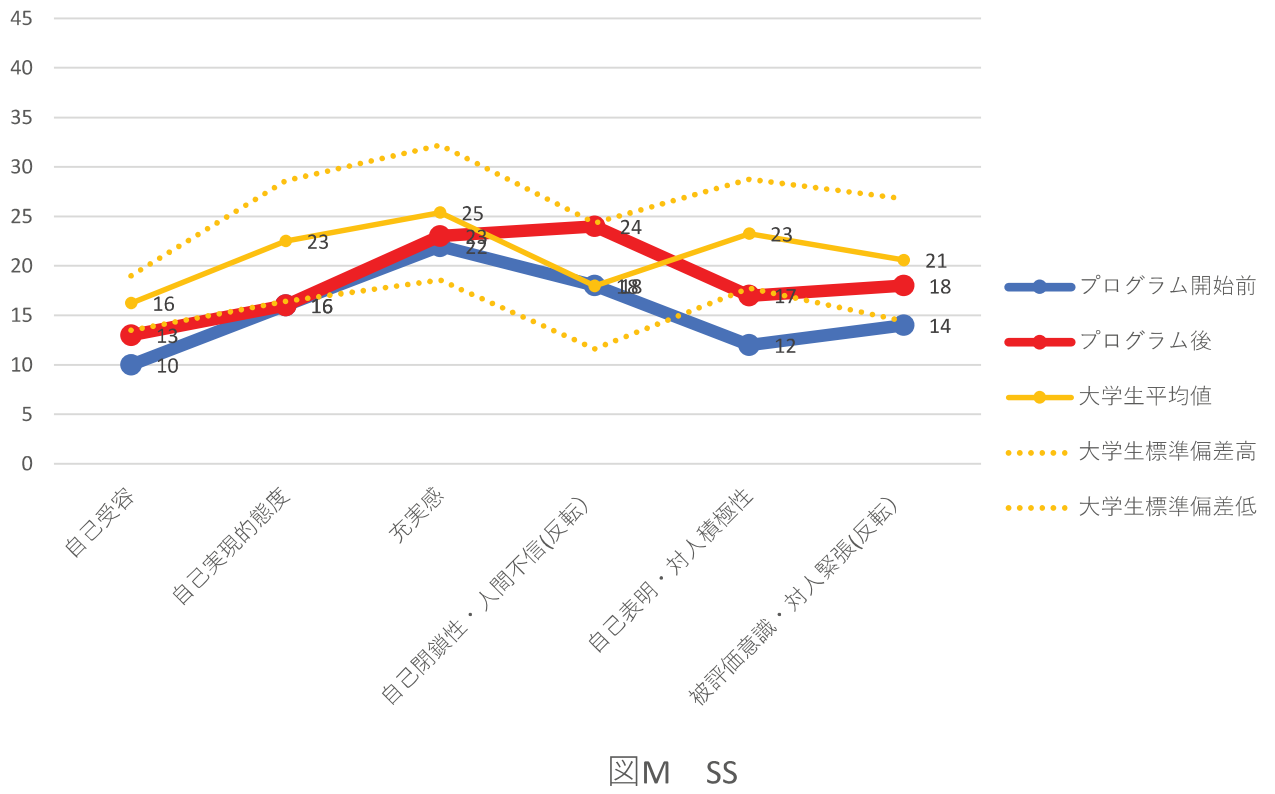
図J HA



図K KA



図L KA_t



図M SS

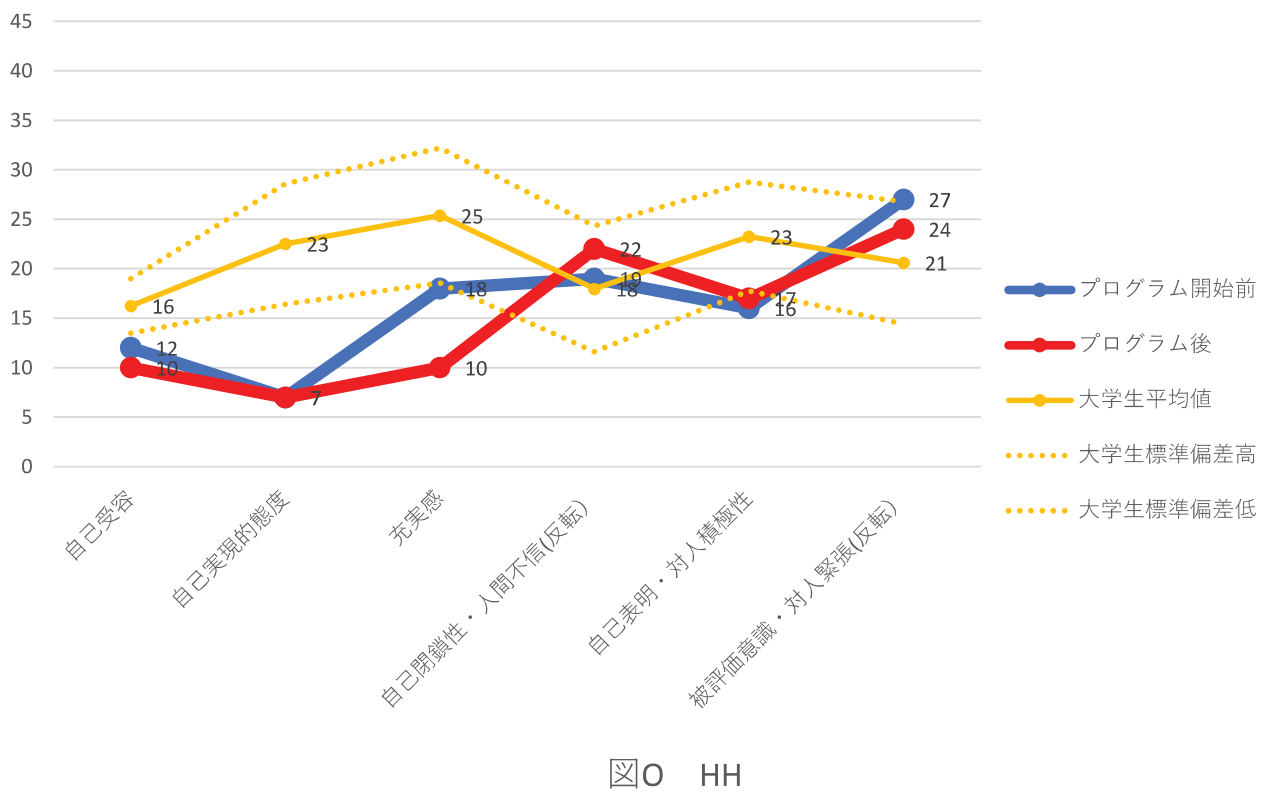
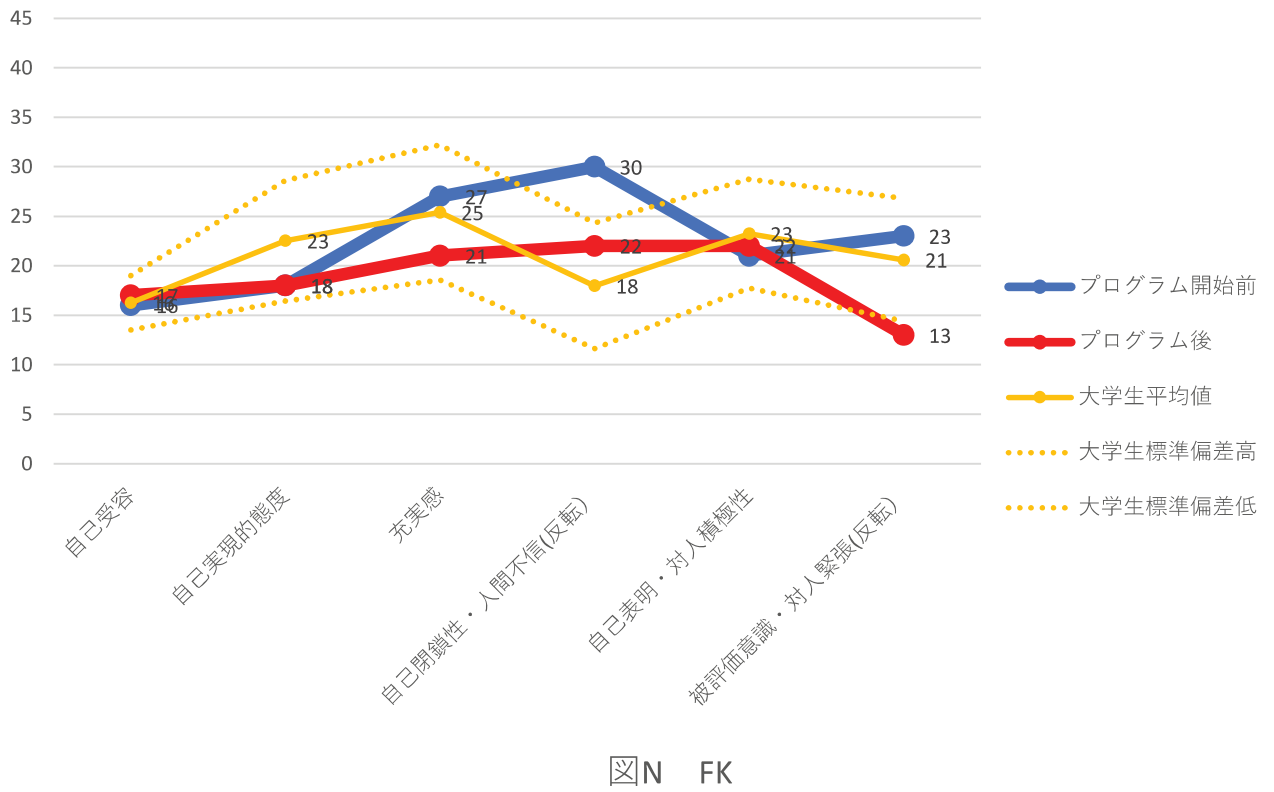


表1 自己をめぐる文章完成法

プログラム6回目	
第II期	<p>①私が熱中したものは MS製造 です。</p> <p>②私の短所は 協調性が足りない、打たれ弱い、意地っ張り、物覚えが悪い、落ち着きが足りない、普通とは少々言い難い です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。</p>
KH (男性)	
第II期	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は 物事を短絡的にとらえやすいこと です。</p> <p>③私の長所は 目標達成のための計画性 です。</p> <p>④私が自信をもっているのは 納期に間に合わせる です。</p> <p>⑤私は、人との関係では 調整役、サポート役 であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく 真面目 と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは 技術力を持つ、自ら問題を提案できる みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは 物づくり、大学経験 です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは 業務、製品 です。</p> <p>⑩御社の 人事と話 というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは 同意 の点に気をつけています。</p>
NN (男性)	

第II期

プログラム6回目

- ①私が熱中したものは_____です。
- ②私の短所は **自分の意見を曲げない所** _____です。
- ③私の長所は **こだわりを持って物事に取り組める所** _____です。
- ④私が自信をもっているのは_____です。
- ⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。
- ⑥人からはよく_____と言われます。
- ⑦私が懂れるのは_____みたいな人です。
- ⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑩御社の_____というところに魅かれました。
- ⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気がつけています。

TT
(男性)

第II期

プログラム6回目

- ①私が熱中したものは **筋トレ、洋画(映画)** _____です。
- ②私の短所は **完璧主義なところ** _____です。
- ③私の長所は **こつこつやるところ、人のアドバイスを取り入れるところ** _____です。
- ④私が自信をもっているのは **義務感、責任感が強い** _____です。
- ⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。
- ⑥人からはよく **面白い人だね、まじめな人だね** _____と言われます。
- ⑦私が懂れるのは **どのような分野でも知識と好奇心で切り開いていける人** _____みたいな人です。
- ⑧この業界に興味をもったきっかけは **友人が勤めていて社の評判を聞いているから** _____です。
- ⑨御社に興味をもったきっかけは **世界各国に支社を出しているところ** _____です。
- ⑩御社の_____というところに魅かれました。
- ⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気がつけています。

IM
(女性)

第II期

欠席のため未記入

- ①私が熱中したものは_____です。
- ②私の短所は_____です。
- ③私の長所は_____です。
- ④私が自信をもっているのは_____です。
- ⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。
- ⑥人からはよく_____と言われます。
- ⑦私が懂れるのは_____みたいな人です。
- ⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑩御社の_____というところに魅かれました。
- ⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気がつけています。

NY
(女性)

第II期

プログラム6回目

- ①私が熱中したものは 音楽を聞くこと、ヨガをしていること です。
- ②私の短所は 言葉が詰まる表現 です。
- ③私の長所は 気配りが出来ること です。
- ④私が自信をもっているのは 歌を歌うこと です。
- ⑤私は、人との関係では 話すこと、聞くこと であることが多いです。
- ⑥人からはよく 笑顔が素敵 と言われます。
- ⑦私が懂れるのは 父親 みたいな人です。
- ⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑩御社の_____というところに魅かれました。
- ⑪人とのコミュニケーションでは 言葉が詰まったりしている の点に気がつけています。

HM
(女性)

第II期

プログラム6回目

- ①私が熱中したものは、洋書を読んだり、ヨガしたりすることです。
- ②私の短所は、淡白で視野の狭い所です。
- ③私の長所は、協調性のある人間（相手を思いやる心）です。
- ④私が自信をもっているのは、中学校から大学までの10年間部活を続けたことです。
- ⑤私は、人との関係ではプライベートでは自分の時間を大切にし、仕事では全従であることが多いです。
- ⑥人からはよく、真面目で忍耐力のある人間だと言われます。
- ⑦私が憧れるのは、度胸のあるモデルさんみたいな人です。
- ⑧この業界に興味をもったきっかけは、ファッション雑誌を読んで興味をもちましたです。
- ⑨御社に興味をもったきっかけは、服が好きで、働いている従業員の皆様が楽しかったからです。
- ⑩御社の 60年の歴史があり、50社ほどのブランドをとうかついているところに魅かれました。
- ⑪人とのコミュニケーションでは、人の話をきいて、自分で考えるの点に気をつけています。

KMam
(女性)

第III期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム7回目
TN (女性)	①私が熱中したものは <u>乃木坂46さん</u> です。 ②私の短所は <u>慎重なところ、気遣いすぎるところ</u> です。 ③私の長所は <u>〃</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>〃</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>陰でのサポート役</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>真面目、慎重、几帳面</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>橋本奈々未さん、深川麻衣さん</u> みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>子どもたちの学校生活、進路を豊かにするため</u> です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは <u>〃</u> です。 ⑩御社の <u>〃</u> というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>マナー、報告、連絡、相談</u> の点に気がつけています。	①私が熱中したものは <u>〃</u> です。 ②私の短所は <u>〃</u> です。 ③私の長所は <u>真面目なところ</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>勉強欲があるところ</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>仲介役</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>真面目</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>〃</u> みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>〃</u> です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは <u>〃</u> です。 ⑩御社の <u>〃</u> というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>話し方</u> の点に気がつけています。
第III期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
SS (女性)	①私が熱中したものは <u>マンガや小説</u> です。 ②私の短所は <u>めんどくさがり</u> です。 ③私の長所は <u>勉強をまじめにする</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>字がきれいなこと</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>一人</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>ネガティブ</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>〃</u> みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>〃</u> です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは <u>〃</u> です。 ⑩御社の <u>〃</u> というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>あいさつ</u> の点に気がつけています。	①私が熱中したものは <u>小説、アニメ、マンガ</u> です。 ②私の短所は <u>臆病なところ</u> です。 ③私の長所は <u>まじめなところ</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>うそをつかないこと、字がうまいこと</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>聞き役</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>ナマケモノ、ネガティブ</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>父</u> みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>〃</u> です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは <u>〃</u> です。 ⑩御社の <u>〃</u> というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手の話をよく聞く</u> の点に気がつけています。

第III期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
IS (女性)	①私が熱中したものは_____です。 ②私の短所は 心配性で忘れっぽいところ _____です。 ③私の長所は 本が好き、ひとりでいられる _____です。 ④私が自信をもっているのは_____です。 ⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。 ⑥人からはよく_____と言われます。 ⑦私が憧れるのは_____みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。 ⑩御社の_____というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気がつけています。	①私が熱中したものは 読書、文房具 _____です。 ②私の短所は あがり症、心配性、忘れっぽい _____です。 ③私の長所は 興味をもったことに関して追求する _____です。 ④私が自信をもっているのは_____です。 ⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。 ⑥人からはよく 冷静 _____と言われます。 ⑦私が憧れるのは_____みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは_____というところに魅かれました。 ⑩御社の_____というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気がつけています。
Nta (男性)	①私が熱中したものは_____です。 ②私の短所は 分からなくなると集中がとぎれること _____です。 ③私の長所は 分からさえずればスムーズに進められる _____です。 ④私が自信をもっているのは_____です。 ⑤私は、人との関係では それなりに話せるということ _____であることが多いです。 ⑥人からはよく_____と言われます。 ⑦私が憧れるのは 普通な生活ができ、それなりにコミュニケーションができる _____みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。 ⑩御社の_____というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは 人に合わせて話す _____の点に気がつけています。	プログラム6回目 ①私が熱中したものは 読書などの娯楽 _____です。 ②私の短所は 分からなくなると集中がとぎれること _____です。 ③私の長所は 分からさえずればスムーズに進められる _____です。 ④私が自信をもっているのは_____です。 ⑤私は、人との関係では それなりに話せられるという関係 _____であることが多いです。 ⑥人からはよく_____と言われます。 ⑦私が憧れるのは 普通の生活ができ、それなりにコミュニケーションができる _____みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは 自分が好きなことが生かせることができると思ったから _____です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。 ⑩御社の_____というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは 人の状況が話に合わせて話す _____の点に気がつけています。

第III期	初回個人面接時（プログラム開始前）	途中から連絡がつかなくなり、不参加となったため未記入
TTa (男性)	<p>①私が熱中したものは <u>読書、映画、音楽</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>生活リズムの乱れ、興味の無い物と関わろうとしない</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>信念が強い、好奇心が強い</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは <u>好奇心の強さ</u> です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>好奇心の強い人としか関われない</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>変な人</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>善く生きる</u> <u>みたやな人</u> です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>星雲シール</u> です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは <u>若田耕一さん</u> です。</p> <p>⑩御社の <u>宇宙へ向ける好奇心の強さ</u> というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>否定しすぎない</u> の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>
第III期	<p>初回個人面接時（プログラム開始前）（「書けない」とのこと無記入）</p> <p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>	<p>プログラム6回目</p> <p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は <u>努力ができないこと</u> です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>

第Ⅳ期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
<p>①私が熱中したものは <u>高専での研究、部活動</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>コミュニケーションが苦手なところ</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>物事に集中して取り組むこと</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>口数が少ない</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>思い込みが強い</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは <u>高専での研究</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>優柔不断</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>慎重</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>控え目</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>おとなしい</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>要点が伝わるよう</u> の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは <u>高専での研究</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>優柔不断</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>慎重</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>控え目</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>おとなしい</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手はどう考えるか</u> の点に気がつけています。</p>
<p>TD (男性)</p>	<p>①私が熱中したものは <u>ゲーム、Youtube</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>記憶力がない、うっかりミスが多い</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>人に合わせる</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>いじられ役</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>おっちょこちょい</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>人前で緊張しない、自信を持って自分の意見を言える</u> みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>人の話を聞く</u> の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは <u>テレビゲーム、読書、水泳</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>緊張しやすい、記憶力がない</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>細かいことは気にしない</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>聞き役</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>おっちょこちょい</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>テキパキと仕事をこなす</u> みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手はどう考えるか</u> の点に気がつけています。</p>
<p>第Ⅳ期</p>	<p>初回個人面接時（プログラム開始前）</p>	<p>プログラム6回目</p>

第Ⅳ期	初回個人面接時（プログラム開始前）	欠席が重なり未記入
<p>①私が熱中したものは <u>いろいろな所に旅をした</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>イライラしやすい</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>几帳面</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは <u>料理ができる</u> です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>孤立状態</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>大人しい</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>人をまとめることが上手い（リーダーのような）</u> みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>人が傷つくようなことを言わない</u> の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>
第Ⅳ期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
<p>①私が熱中したものは <u>ポケモン</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>後先を考えないことが多い</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>人との間にかべをつくらない</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>「変わった奴」「怒らせる才能なら優勝」</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>どのような言葉を使うか</u> の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>面白い、変わった奴だ</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>外山恒一（政治運動家）</u> みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>極力怒らせない</u> の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は <u>地図の読解が得意</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは <u>地図</u> です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>人と人とを結びつける者</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>面白い、変わった奴だ</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>外山恒一（政治運動家）</u> みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>極力怒らせない</u> の点に気がつけています。</p>
第Ⅳ期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>

第Ⅳ期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム8回目
	<p>①私が熱中したものは本や漫画を読むこと、空想すること、映画をみること、音楽を聞くことです。</p> <p>②私の短所は 何をしても動きが遅く、周りの人たちのペースに合わせられないところ です。</p> <p>③私の長所は 自分の世界観や価値観を持っているところ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは 文章を書くこと、文章を読んで必要な情報をまとめること です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく マイペースだ _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは 物語（小説、漫画、映画等） _____ です。</p> <p>②私の短所は 動作が遅い、集中が長続きしない _____ です。</p> <p>③私の長所は 1つ1つのことに丁寧に取り組みること _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは 文章を書いたり、要約すること、情報をまとめること、思考すること です。</p> <p>⑤私は、人との関係では 受動的 _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく まじめ、頭良さそう、大人っぽい _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは 周りに頼られる精神的に強い女性 _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは 相手を否定しない、感謝の気持ちを大切にすることに気がつけています。</p>
TH (女性)		
	<p>①私が熱中したものは 音楽（ピアノとかギターとか歌とか） _____ です。</p> <p>②私の短所は 早とちりが多いこと、結構焦りやすいこと _____ です。</p> <p>③私の長所は 声が大いこと、時間はきっちり守ること _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは 記憶力 _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく 珍獣 _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは なるべく他人を傷つける言葉は言わないの点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは ピアノや歌などの音楽 _____ です。</p> <p>②私の短所は 早とちりすることもあるところ _____ です。</p> <p>③私の長所は 明るく積極性があるところ _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは 声の大きさ _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では ムードメーカー _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>
第Ⅳ期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目

第Ⅳ期	初回個人面接時（プログラム開始前）（「書けない」とのこと無記入）	途中から連絡がつかなくなり、不参加となったため未記入
SM (女性)	<p>①私が熱中したものは_____です。</p> <p>②私の短所は_____です。</p> <p>③私の長所は_____です。</p> <p>④私が自信をもっているのは_____です。</p> <p>⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく_____と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは_____みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑩御社の_____というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気をつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは_____です。</p> <p>②私の短所は_____です。</p> <p>③私の長所は_____です。</p> <p>④私が自信をもっているのは_____です。</p> <p>⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく_____と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは_____みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑩御社の_____というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気をつけています。</p>

第Ⅴ期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
TT0 (男性)	①私が熱中したものは <u>危険物取扱者の資格の勉強・コーヒーをいれること</u> です。 ②私の短所は <u>SNSにうといこと、あきつばいこと</u> です。 ③私の長所は <u>好きな事には集中出来る事、アウトドア派な事</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>味覚</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>自分から話す側</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>くだけた感じだ</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>ざっくばらんでありながら優秀</u> みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手の興味がある部分を予想する</u> の点に気をつけています。	①私が熱中したものは <u>コーヒーや紅茶等を通したコミュニケーション</u> です。 ②私の短所は <u>慎重過ぎる事</u> です。 ③私の長所は <u>物事を効率良く行う事</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>発想力</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>聞く側より話す側</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>会話をスムーズに進める経緯材</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>色々な事にやる気がある</u> みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>積極的に話しかける事</u> の点に気をつけています。
第Ⅴ期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
TT0m (男性)	①私が熱中したものは <u>サッカー</u> です。 ②私の短所は <u>人の話をきちんと聞けないこと</u> です。 ③私の長所は _____ です。 ④私が自信をもっているのは _____ です。 ⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>やさしい</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手の目を見て話している</u> の点に気をつけています。	①私が熱中したものは <u>サッカー</u> です。 ②私の短所は <u>失敗したら気分がしずむこと</u> です。 ③私の長所は <u>誰にでもやさしいところ</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>何事にも全力で取り組めること</u> です。 ⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>がまん強い</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>はきははきとしゃべる</u> の点に気をつけています。

第V期	初回個人面接時（プログラム開始前）	欠席が重なり未記入
<p>TMi (女性)</p> <p>①私が熱中したものは_____です。</p> <p>②私の短所は 人よりも遅く行動が鈍い所 _____です。</p> <p>③私の長所は 真面目で一生懸命に取り組み所 _____です。</p> <p>④私が自信をもっているのは_____です。</p> <p>⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく「真面目だね。」_____と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは 前向きで何事にも挑戦する _____みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑩御社の_____というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは 簿記等の高度資格を取得したこと _____です。</p> <p>②私の短所は 優先順位を考えて行動することが苦手 _____です。</p> <p>③私の長所は 真面目で一生懸命に取り組みこと _____です。</p> <p>④私が自信をもっているのは 事務系の仕事に向いていること _____です。</p> <p>⑤私は、人との関係では 共通点の趣味 _____であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく 猪突猛進 _____と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは 前向きで慎重に頑張る _____みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑩御社の_____というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは 会話が噛み合うようにすること の点に気がつけています。</p>	
<p>第V期</p> <p>①私が熱中したものは_____です。</p> <p>②私の短所は 調子ののりすぎ所 _____です。</p> <p>③私の長所は マイペースな所 _____です。</p> <p>④私が自信をもっているのは 体験すること _____です。</p> <p>⑤私は、人との関係では 友達 _____であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく 大人っぽい _____と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは ローラ _____みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑩御社の_____というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気がつけています。</p>	<p>プログラム6回目</p> <p>①私が熱中したものは 努力 _____です。</p> <p>②私の短所は 無理することが多い _____です。</p> <p>③私の長所は マイペースな所 _____です。</p> <p>④私が自信をもっているのは チャレンジすること _____です。</p> <p>⑤私は、人との関係では 友達 _____であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく おもしろい _____と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは 韓国人 _____みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。</p> <p>⑩御社の_____というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは 自分から話すタイミング の点に気がつけています。</p>	

第V期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム8回目
<p>YMi (女性)</p>	<p>①私が熱中したものは <u>実習</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>面倒くさがり</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>人に合わせられる</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>相手が「こっちがいい」と言ったら「いいよ」と合わせる役</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>マイペースだ</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは <u>実習</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>少し面倒くさがり</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>気をつかうところ</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>受け身</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>のんびり屋さん</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>頭の回転が早い。機転のきく人</u> みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。</p>

第VI期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
KA (女性)	①私が熱中したものは <u>ハンドメイド</u> です。 ②私の短所は <u>不器用なのにプライドが高いところ</u> です。 ③私の長所は <u>忍耐力があるところ</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>ミシンを使いこなせるところ</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>聞き役</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>不思議、天然</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>優しく素直な人</u> みたいです。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>_____</u> です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは <u>_____</u> です。 ⑩御社の <u>_____</u> というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>反応する、返事を必ずする</u> の点に気をつけています。	①私が熱中したものは <u>アニメや漫画</u> です。 ②私の短所は <u>自信がないところ</u> です。 ③私の長所は <u>感受性が少し強いところ</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>手先が器用なところ</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>聞き役</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>大人しい</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>祖母</u> みたいです。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>OGの方の話を聞いたこと</u> です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは <u>自分に合っている部分が多くあるとHPを見て感じたこと</u> です。 ⑩御社の <u>挑戦的な風潮がある</u> というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手の目を見ること</u> の点に気をつけています。
第VI期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
KMa (女性)	①私が熱中したものは <u>読書、ゲーム、映画、ドラマ、アニメ鑑賞、旅行、食べること、料理</u> です。 ②私の短所は <u>自分に軸がない。自分を信じられない所</u> です。 ③私の長所は <u>素直、料理が上手な所</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>鼻（嗅覚）と舌（味覚）</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>その集団において平均値にある人間、透明人間</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>ワガママ、短期、ロボット、変り者</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>コツコツ努力できる</u> みたいです。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>_____</u> です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは <u>_____</u> です。 ⑩御社の <u>_____</u> というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>日本人相手には目を合わせないこと、ヨーロッパ相手には目を合わせて話すこと</u> の点に気をつけています。	①私が熱中したものは <u>ゲーム、刺しゅう、料理、美術とかの学問</u> です。 ②私の短所は <u>感情に波がある所、自分に軸がない所</u> です。 ③私の長所は <u>感情豊か</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>味覚、物覚えが早い所</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>好き嫌いが激しいのにそれを主張できず押しに負ける</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>わがまま、メンヘラ、変人、面白い、話すと気さく</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>自分に軸があってハッキリ「NO」と言える自立した</u> みたいです。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>_____</u> です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは <u>_____</u> です。 ⑩御社の <u>_____</u> というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>距離感、ほめること</u> の点に気をつけています。

第VI期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
TY (男性)	①私が熱中したものは <u>演劇、ゲーム</u> です。 ②私の短所は <u>短気、鈍きやすい</u> です。 ③私の長所は _____ です。 ④私が自信をもっているのは <u>ハマったことへの情熱</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>縁の下の力持ち</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく _____ と言われます。 ⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>失言をしないようにする</u> の点に気がつけています。	①私が熱中したものは <u>ゲーム、アルバイト</u> です。 ②私の短所は <u>努力が続かないこと</u> です。 ③私の長所は <u>色々なことに気づくこと</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>人の下で働くこと</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>使い走り</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>気がきく</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>リーダーシップがある</u> みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>何もやらかさないかという</u> 点に気がつけています。
KT (男性)	①私が熱中したものは <u>スポーツ</u> です。 ②私の短所は <u>優柔不断</u> です。 ③私の長所は <u>真面目</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>知識</u> です。 ⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。 ⑥人からはよく _____ と言われます。 ⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手はどう思うのか</u> の点に気がつけています。	プログラム6回目 ①私が熱中したものは <u>運動</u> です。 ②私の短所は <u>集中すると視野が狭まる</u> です。 ③私の長所は <u>真面目</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>物事を分析すること</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>明るい</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく _____ と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>真剣に物事に取り組む</u> みたいな人です。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。

第VI期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
FK (男性)	<p>①私が熱中したものは <u>スマホアプリのゲー</u> _____ です。</p> <p>②私の短所は <u>一つに集中すると他の事に対して注意を向けなくなる事</u> _____ です。</p> <p>③私の長所は <u>分らない</u> _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは <u>執着心</u> _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>覇気がない</u> _____ と言われます。</p> <p>⑦私が懂れるのは <u>機転を上手く回す人、何事にも冷静に他の人の事を広くみてあげようとする人</u> みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは、<u>総対人を備つけるような当たり障りなこととは必ず言わないうように落ち着いて会話をしている</u> の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は <u>学動不審</u> _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>聞き手役</u> _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>覇気がない</u> _____ と言われます。</p> <p>⑦私が懂れるのは <u>何事にも動じず自分をたもって行動する</u> _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>最低限大事なことを見落としたり聞きそびれてしまう事</u> の点に気がつけています。</p>
第VI期	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は <u>一つのこと熱中すると 周りが見えなくなる</u> こと _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>対等を求めている</u> _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>黙れ</u> _____ と言われます。</p> <p>⑦私が懂れるのは <u>人にも人以外の者にも優しく接する人間の鏡</u> _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは、<u>相手に失礼なことをいないようにする</u> の点に気がつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは <u>地球上で見られない生き物</u> _____ です。</p> <p>②私の短所は <u>行動をためらいがち</u> _____ です。</p> <p>③私の長所は <u>身の程をわきまえている</u> _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは <u>好きなものは好きであり続ける頭の固さ</u> _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>常に対等を望む</u> _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が懂れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気がつけています。</p>

第VI期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
<p>①私が熱中したものは <u>旅行や読書</u> _____ です。</p> <p>②私の短所は <u>集中力が途切れて気が散りやすいこと</u> _____ です。</p> <p>③私の長所は <u>好奇心旺盛であること</u> _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>話を聞く側</u> _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>順序立てて物事を進められて、仕事とプライベートの面立ができる人</u> _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手の言おうとしていることを理解する</u> _____ の点に気をつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは <u>旅行</u> _____ です。</p> <p>②私の短所は <u>行動に移す前に段取りを十分立てられていない</u> _____ です。</p> <p>③私の長所は <u>日常の行動の中で細やかな気くばりができること</u> _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは <u>人と笑顔でコミュニケーションを取ること</u> _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>注意力散漫</u> _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>仕事を通して世の中をより良い方向にできる</u> _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手の話をよく聞く</u> _____ の点に気をつけています。</p>	<p>プログラム6回目</p>
<p>第VI期</p> <p>①私が熱中したものは <u>ゲーム</u> _____ です。</p> <p>②私の短所は <u>長続きしない、考えていることを口にしてしまう</u> _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。</p>	<p>初回個人面接時（プログラム開始前）</p> <p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。</p>	<p>プログラム6回目</p>
<p>TK</p> <p>(男性)</p>	<p>初回個人面接時（プログラム開始前）</p> <p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は _____ です。</p> <p>③私の長所は _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ みたいな人です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。</p>	<p>プログラム6回目</p>

第VII期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
HAY (女性)	<p>①私が熱中したものは <u>小説を書くこと、アニメ、ゲーム</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>気が弱い、人見知り、がんこ</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>少し小説を書くことができる、スケートが少しできる</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは <u>小説を書くこと、無遅刻無欠席</u> です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>一対一では普通に話せていても、一対多数では何も話せない</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>人間嫌いそう、一人が好きそう、バリアを張っている</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>井上毅</u> <u>みたいな人</u> です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>言葉足らずにならないようにする</u> の点に気をつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは <u>小説を書くこと、日本史の勉強</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>我が強い、人見知り</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>積極性がある、忍耐力がある、切り替えが早い</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは <u>スケート、興味のあることの記憶力、6面のルービックキューブ</u> です。</p> <p>⑤私は、人との関係では <u>聞き手、相談やぐちの相手</u> であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>接してみると人なつこい</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>井上毅、乃木大将、楠木正成</u> <u>みたいな人</u> です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは <u>祖父や父がやっていたもの作りを見て興味を持ったから</u> です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは <u>相手の気持ちによりそうこと</u> の点に気をつけています。</p>
第VII期	初回個人面接時（プログラム開始前）	プログラム6回目
AT (女性)	<p>①私が熱中したものは <u>イラスト、音楽鑑賞</u> です。</p> <p>②私の短所は <u>優柔不断、要領が悪い所と、言い方が厳しくなる所</u> です。</p> <p>③私の長所は <u>優しいところ、気遣いをするところ</u> です。</p> <p>④私が自信をもっているのは <u>油絵と</u> _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく _____ と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは _____ <u>みたいな人</u> です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。</p>	<p>①私が熱中したものは _____ です。</p> <p>②私の短所は <u>物事に深く考えすぎてしまうこと</u> _____ です。</p> <p>③私の長所は <u>人に優しくすること</u> _____ です。</p> <p>④私が自信をもっているのは _____ です。</p> <p>⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。</p> <p>⑥人からはよく <u>「真面目」「正直すぎ」</u> と言われます。</p> <p>⑦私が憧れるのは <u>イラストレーター、etoさん</u> <u>みたいな人</u> です。</p> <p>⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。</p> <p>⑩御社の _____ というところに魅かれました。</p> <p>⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。</p>

第VII期	初回個人面接時 (プログラム開始前)	プログラム6回目
KA t (男性)	①私が熱中したものは <u>漫画「映像研には手を出すな！」</u> です。 ②私の短所は <u>すぐに意見を言えないこと、あまり人に興味がないこと</u> です。 ③私の長所は _____ です。 ④私が自信をもっているのは <u>特にない</u> です。 ⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>変人</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>スラスラ自分の考え等を述べることのできる人、物語等の創作がすぐにできる人</u> みたいです。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。	①私が熱中したものは <u>イラストを描くこと</u> です。 ②私の短所は <u>普段何も考えていない</u> です。 ③私の長所は _____ です。 ④私が自信をもっているのは _____ です。 ⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。 ⑥人からはよく _____ と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>絵が上手くて曲も作れる</u> みたいです。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。
第VII期	①私が熱中したものは <u>なにか ありません</u> です。 ②私の短所は <u>体力がない、気力がない、頭が悪い、身長が低い、顔が暗い</u> です。 ③私の長所は <u>自分の限界がわかること</u> です。 ④私が自信をもっているのは <u>独りでも平気</u> です。 ⑤私は、人との関係では <u>面倒事に関わらないように</u> であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>真面目系クズ</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>私と真逆</u> みたいです。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは <u>人の気持ちを書かない</u> の点に気をつけています。	プログラム6回目 ①私が熱中したものは <u>人脈作り、上手い店探し</u> です。 ②私の短所は <u>話し方がヘタ</u> です。 ③私の長所は _____ です。 ④私が自信をもっているのは <u>1人暮らしができる</u> です。 ⑤私は、人との関係では _____ であることが多いです。 ⑥人からはよく <u>いい人</u> と言われます。 ⑦私が憧れるのは <u>稲盛和夫</u> みたいです。 ⑧この業界に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑨御社に興味をもったきっかけは _____ です。 ⑩御社の _____ というところに魅かれました。 ⑪人とのコミュニケーションでは _____ の点に気をつけています。

- ①私が熱中したものは_____です。
- ②私の短所は **集中力がないこと、考えてることが口に出してしまうこと** _____です。
- ③私の長所は_____です。
- ④私が自信をもっているのは_____です。
- ⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。
- ⑥人からはよく_____と言われます。
- ⑦私が憧れるのは_____みたいな人です。
- ⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑩御社の_____というところに魅かれました。
- ⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気がつけています。

TK2
(男性)

- ①私が熱中したものは_____です。
- ②私の短所は_____です。
- ③私の長所は_____です。
- ④私が自信をもっているのは_____です。
- ⑤私は、人との関係では_____であることが多いです。
- ⑥人からはよく_____と言われます。
- ⑦私が憧れるのは_____みたいな人です。
- ⑧この業界に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑨御社に興味をもったきっかけは_____です。
- ⑩御社の_____というところに魅かれました。
- ⑪人とのコミュニケーションでは_____の点に気がつけています。

表2 プログラム実施の経過 (第 I 期)

実施日	目標	実施内容	YY(男性)	TA(男性)	IR(女性)
特性・症状	—	—	対人的な配慮が強く、対人関係に過敏。自己否定的で、自分に自信がない。今クルールでは参加者が本人より年下ばかりということもあり、率先して意見を言うなどリーダーシップを発揮していた。	人からどう思われるかということに頓着しない。興味がない内容になると途端に注意が散漫になることがある。今クルール開始前に女性スタッフが案内等すると頭部等掻きむしる様子もあった。	相手の意図や思いを読み間違いないややすい。その一方で、一度思い込むと自分の考えにこだわる。プログラム中も配布資料の文章の意図を独自に解釈している場面が何度かみられた。
第1回 2018/2/7	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	「同年代の方々が、どれくらい自己分析が進んでいるのか参考になった。」 「私の現在の良い点を整理することができて良かった。」	「改めて自分を知るきっかけくらいにはなった気がする。」	「仕事においては達成感を重視しているかなと気付いた。もともと自己分析しなかった。ストレス発散法を実はたくさん持っている事にも気付くことができた。」
第2回 2018/2/14	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自分理解 友人や先輩との関係の分析を通した自分理解 	「他の参加者の自己分析を見て意見を出すことは非常に楽しかった。理系以外の方の意見は新鮮で興味深い。」	「特になし。」	「他者の話を聞いて、意外な事など色々と気付くことができて良かった。行動力があると言われて驚いた。更に自己分析を頑張ります。」
第3回 2018/2/21	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	「TEGが特に面白かった。自分はかなり外向きの顔を作って生活しているのかなと感じた。」	「自分の性格を知る良い機会になったと思う。」	「TEGを大学で行ったとき(どちらでもないばかり)だったからかもしれない)より項目目差が大きくて驚いた。」
第4回 2018/2/28	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	「イラストの捉え方も人によって様々な解釈があり面白い。」 「黙っていてもメッセージを発しているかもしれないと自覚でき、とてもよかったです。」	「コミュニケーションとは何なのか、言葉を送さずとも伝わることについて改めて分かった気がする。」	「グループで話して様々な見方があると気付くことができた。1人1人今まで違う経験をしているからこういうことが起こるのだろうなと思うた。」
第5回 2018/3/7	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	「実際にやってみて最初の挨拶は第一印象を大きく変えると思った。しつかり練習して、本番の面接に生かせるようになりたい。」	「あいさつやコミュニケーションの大事さを改めて知った。」	「言葉遣いはきちんとしてきているよのだが、結構気をつけて話しかけていた。しかし、慣れている人と話す時ほど気を付けられないといけないと思った。」

実施日	目標	実施内容	YY(男性)	TA(男性)	IR(女性)
第6回 2018/3/14	相手の気持ちに 理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	<p>「内容によって頼み方の印象が全然違うことが非常に面白かった。」</p> <p>「同じ内容でもBさんとFさんの感じ方が全く違ったことは印象的だった。」</p>	<p>「私メッセージやあなたメッセージについて、よくわかった。」</p>	<p>「たくさん学ぶことができました。」</p> <p>「今日は体調が悪く上手く文章にできない。」</p>
第7回 2018/3/28	模擬面接の体験学習 と、映像による振り返り を通じた自己理解の 促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	<p>「今回の講義が1番面白く参考になった。自身の課題を見直すことができた。他者の面接を見ても勉強になった。今後に生かせよう。」</p>	<p>「初めて自分の面接姿を見て、自分の面接姿があまりにひどいと思っただ。これを反省して少しでも良くなれば良いと思う。」</p>	<p>「昨日面接を受けたが上手くいかず落ち込んでいた。しかし、昨日よりも上手く出来た良かった。進路支援課の方に練習をしてもらうか悩んでいたが自信をもって頼んでみようと思う。」</p>
第8回 2018/4/4	ストレスへの理解と 全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	<p>「同年代の方が私と同じような就職活動の悩みを抱えながらもしつかり取り組んでおり立派だと感じた。私ももう少し気楽に前向きに頑張ろうと思う。」</p>	<p>「ストレスや対処の仕方について、改めて分かった気がする。」</p>	<p>「就職活動の事についてだけでなく、就職してからの事についても学ぶことができ良かった。」</p>

実施日	目標	実施内容	YM(女性)	NT(女性)	KM(女性)
特性・症状	—	—	自責的、自己否定的。一見すると疎通性は悪くないが、社会的なスキルが拙い。プログラムの間に對しての回答記載に時間を要する。	対人不安が強く、大人しい。しかし一方で、自分のペースで話し続けるような面もある。	自分のペースが優先され、周囲への配慮が難しい。対人面では時に突拍子もない言動を示す。
第1回 2018/2/7	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	「自己分析といっても、ここまで丁寧にしたことがなかったので、分かりやすかった。」「自分をどのように表現するかが見えると良いと思う。」	「好きなものを書くことは少し難しかった。実際は結構あるんだということが発見できたことは良かった。」	「質問が斜め上をいっついていて退屈しなかった。」「お時間の限られている中、私たちに割いてくださり感謝しております。」
第2回 2018/2/14	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自分理解 友人や先輩との関係の分析を通した自分理解 	「自分のことを知られるのは恥ずかしいと思っただけで、色々な意見を聞くことができて嬉しかった。」	「自分について書いたものを人に見せる事は少し恥ずかしさもあったが、意外な事も言われたので大切だと思った。他の方については、見た目とのギャップがあったよかったです。」	「皆の回答を見た事は自分のためになった。皆の事で意見を出すのは最初は難しかったけれど、適当なことを言えば良いのかと思ったら楽になった。」
第3回 2018/2/21	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	「自分のことを改めて知ることができたのでよかった。」「逆に自分に足りない所を見つけて少しショックは受けました。」	「組織型と自律性が同じくらい高かったことは意外だった。」「主体性が低いことについては、何となく分かる気がした。」	※当日、「体調が悪いので休みたい」と連絡があり欠席。
第4回 2018/2/28	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	※連絡なく欠席。次回参加時に「忘れていました。翌日の朝、気付きました。」と話される。	「言葉を変えることで様々な解釈ができる事や関係性を考える事はとても不思議だと思った。非言語の部分で共有し感じ方や見方を考える事は楽しかった。」	「気持ちが浮きだっている時期なので、喋りたくて仕方なかった。」「前提条件の読み飛ばしがあったので、こういうミスを減らすためにはどうしたら良いか模索したい。」
第5回 2018/3/7	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	「相手に対しての配慮が大切だと改めて感じることができた。」「相手に自分がどう見えるかが少しわかりました。」	※事前前に連絡あり、引越しや卒業の準備にて欠席。	※事前前に連絡あり、私用の為欠席。

実施日	目標	実施内容	YM(女性)	E(女性)	KM(女性)
第6回 2018/3/14	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	<p>※卒業式のため欠席。</p>	「自分の気持ちを伝えることについて、相手の気持ちとのズレがあったりと様々だが、それが人間らしくて良いと思った。」	「対人コミュニケーションについて、私は人の気持ちを考えるパターンの数が少ないのではないかと思いました。」
第7回 2018/3/28	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通して自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	<p>「改めて自分自身の動作を見直すことで色々な発見ができました。」</p> <p>「色々なアドバイズも受けたので、これからは活かしていきたいです。」</p>	<p>※事前に連絡あり、3/20県外へ引越。そのため前回で終了。</p>	「楽しかった。緊張した。1番就職活動に繋がる日だった。」「皆に愛着がわいてきたので来週で終わるのが寂しい。」
第8回 2018/4/4	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	<p>「『自分のどこが悪いのか』ということを毎回考えることが辛かったです。しかし今日の話で少し気持ちが楽になりました。」</p>		<p>※当日連絡あり、体調不良のため欠席。</p>

表2 プログラム実施の経過 (第II期)

実施日	目標	実施内容	KH(男性)	NN(男性)	TT(男性)
特性・症状	—	—	容姿に独特のこだわりがみられる(刀様の折り畳み傘を常に腰に差す等)。場面の切り替えに困難がみられ、コミュニケーション面も独特で、場の状況に応じた社会的な判断が苦手であった。	他者との関係をめぐる不安がかなり強いようで、プログラム中、「友人や親しい人はいない」からと、固まる場面がみられた。しかし、回を重ねるごとに安心してきたのか、自ら雑談に加わる姿もみられた。	一見安定しているようにみえるが、内面では不安が強いようで、戸惑いがあったと語る。一度休んだことを契機に来づらくなり、無断キャンセルが続いたが、主治医の働きかけもあり、後半は安定して参加。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	あえて言うなら開始時間が少し遅かった。あと、書く時間が足りません。	自らの意見を言えていない。	まだよくわからないというのが正直な印象。大学の授業を思い出すような雰囲気でも懐かしい気持ちになりました。自分について(悪い方で)考えすぎる事も多いので疲れはあまり感じませんでした。
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自分理解 友人や先輩との関係の分析を通した自分理解 	振り返りで読まれたことがSな感じの部分を読まれているみたいでちよつと恥ずかしかった。参加人数が男と女で少くないなあと考えた。時間をかけて偏愛マップを書いてみたい。	欠席	欠席
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	職選びに役に立ちそうな内容だった。	潜在的に望む仕事について探っていきましたが、就きたいと思っている仕事は「これだけはやりたくない」という意思が奥底にあることに驚かされました。	欠席
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	色々考えることが多かった。	欠席	欠席
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	自分は苦手な分野だと思った。	自分は「我ーソレ」の考え方で話し始めてしまうことが結構あるため、少しずつ改善したい。	欠席

実施日	目標	実施内容	KH(男性)	NN(男性)	TT(男性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	金も命もとられないと聞いてRPをやってみたら、意外と良かった。	会話を始める場面を考えると、自ら話をしたい場面が思いいつかず大変だった。	久々の参加で不安はありましたが、さほど問題なく入りこむことができず。ロールプレイは得意ではないが何とか出来て良かったと思います。
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通して自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接自役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	意外とうまくやれてた事が意外だった。	自己PRの際、話をどのように進めていくか迷い緊張しました。	人前で話すことについて役割が決まっていると、さほど怖くは無いのですが内容が合否に関わると考えると体が固まってしまふ部分もありました。面接練習に慣れていないので今回できて良かった。
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	先生の犬の絵が下手だった。(いくつかの動物のイラストを記載している)	欠席	ストレス反応というものは本当に難しいと常々思っています。自分は本当に小さなことや過去に起こったことでイライラしがちなので、そこへの感じ方や対処の仕方では何とかできればと思います。

実施日	目標	実施内容	IM(女性)	NY(女性)	HM(女性)
特性・症状	—	—	休学して他院に通院中。落ち着いており、毎回配布した紙に絵を描くなど、一貫してマイペースであった。自分のペースで話し続けるような面がある。同じ様なプログラムを他院でも受けたことがあると語る。	発達障害と診断されている。対人不安が強く、抑うつ的な傾向があり、他者の意図を読むのが難しいようである。拒否的な言動もみられたが、スタッフに不安な気持ちや語る場面もみられた。	B2の療育手帳をもっている。プログラムの目的を知りに理解するのが難しい場面もあり、特別な対応を心がけた。参加態度が非常にまじめで、つねにニコニコと意欲的に参加していた。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自己理解 	普段、家族以外と接点がない環境にいたので大変良い刺激になりまいた。自分の事を振り返る機会はあるのでもっとも楽しく取り組みることができました。もう少し発言と挙手をしたと思います。	思ったよりかたい雰囲気では無かったのですが、今後負担に思わなくなりはなりそうです。	私は色々チャレンジしてみたいと思います。また、今日の話で私は言葉が使ったりしていると私の心に聞いてみました。
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自己理解 友人や先輩との関係の分析を通した自己理解 	久々に緊張感のあるデイベートが体験できました。今までの事を思い返す機会が中々ないので新鮮でした。自分とは何かを見定める期間にいますので、少しは自分について知ればと思います。	難しかった。悪口になりそうなことは書けないなど思っていたため、白紙が増えると思われまます。ここ(DC)で行われていることに興味があります。	今回は前回より書けなかったところもありました。書きたかったけれど書けなくて心配していました。来て良かったです。楽しかったと思います。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	エゴグラムは初めてでデータとして示され良い経験となりました。あえて今まで見てこなかった「父親的側面」は自分を把握するために避けて通れないので知ることが出来てとても良かったです。	雰囲気に慣れてきました。だいぶ落ち着いて参加できています。	TEGではACが高かったけれど、自分に合っていないときに先生が優しく説明してくださってありがとうございました。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	人と接する上での基本的なことが学べる有意義な回でした。最終的には受取手によって解釈が無限に分かれるのがコミュニケーションの難点でもあり醍醐味の1つだと実感しました。	あまり体調がすぐれなかつたため、お見苦しい所をお見せしたかと思えます。すみません。	欠席
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	「メッセージ」についての実践的な話を聞いたので生の意見として感じる事が出来ました。もう少し他の参加者にも積極的な議論に加わってみたいと思います。	前より苦痛ではなかつた。他者の話を聞いてすごいと思ひ、話に出た本を読んでみたくなった。	頼むというのは難しくなりましたが、先生も私の事をゆつくり話してくださいました。今回学んだことは両親を含め親友に伝えたいと思います。

実施日	目標	実施内容	IM(女性)	NY(女性)	HM(女性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	<p>初めてRPをしてみました。意外にも前向きな気分で臨む事が出来ました。同じ状況になると萎縮してしまうようにならない事が多いのですが、RPだと満足感を覚え終えられるので、またやってみたいと思いました。</p>	(記載なし)	欠席
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通じた自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	<p>将来自分が面接場面に直面したときの良い練習になったし、映像で見ることでも客観的な見方ができました。これからの日常生活で改善できることがあるのではなにかと気付かされました。</p>	欠席	<p>模擬面接をやってみて良かったと思います。本番の時は「きちんとします」ということです。</p>
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	<p>それぞれのストレス反応の対処方を3つ以上見つけられれば、今後の日常生活の中で生きやすくなるのではと思います。</p>	持ち物の整理はしたい。好きな色の話を聞いて、化粧品を好きなポーチに入れてみようと思いました。	<p>ストレスについて考えてみましたが、ストレスがありビックリしました。皆のストレス源を習いました。皆のストレスを聞いてみました良かったです。ありがとうございます。</p>

実施日	目標	実施内容	KMam (女性)
特性・症状	—	—	一見安定しているように見えるが、不安、緊張が高くて、疲れやすいようで、3回の参加にとどまった。極端な反応をするようなことはないものの、人間関係の微妙な機微を読み取るのが難しいようであった。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通じた自分理解 	改めて、自己分析をすることの大切さを知りました。短所・長所を書くことで「あの時の性格と今の性格に変化が出てきたな」と感じて、やっけて楽しんでました。
第2回	他者を通じた自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通じた自分理解 友人や先輩との関係の分析を通じた自分理解 	他者から見た自分の視点で、より自分を客観的に見つめ直すことを学びました。自分に足りない所や満足しているところを発見することが出来ました。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	欠席
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	欠席
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	欠席

実施日	目標	実施内容	KMam(女性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	欠席
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通した自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	他人から見たり自分から見たり自分の違いを知る機会になりました。また、緊張感を持つことの大切さも知ることが出来ました。
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	欠席

表2 プログラム実施の経過（第Ⅲ期）

実施日	目標	実施内容	TN(女性)	SS(女性)	IS(女性)
特性・症状	—	—	短大カウンセラーからは、吃音を気にしているとの情報。短大内の人間関係にうまくなじめないとのことであったが、非常にまじめな参加態度であった。学校行事や就職準備で欠席することが多かった。	対人緊張がかなり強いようで、参加に対しての不安もかなり高く、とりあえず二回だけ参加するとのことであった。しかし、回を重ねるごとに発言量も増え、参加態度も積極的になり、表情も明るくなった。	参加意欲もあり、協力的で安定しているように見えたが、不安がかなり強いのか、トイレを毎回使用。身体化しやすいのか、腸炎で欠席することもあった。また個人情報漏れないか、非常に警戒していた。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	様子見します。	人前だと頭も口も回らないので、簡単なことも言えなかったのがちよつと悔しいです。一言ぐらい話せればよかったです。	初回ということもあって「自分をアピールする」ということは正直あまりしたくないなと思いました。緊張してしまいました。好きな事を好きになつたきっかけなど文章にするのができなかつたことが反省点です。
特別回	仕事観の理解	<ul style="list-style-type: none"> 仕事に対して、どんな点を重視するかについて検討 	欠席	欠席	欠席
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自分理解 友人や先輩との関係の分析を通した自分理解 	欠席	少しですが話せてよかったです。自分という人間を知るのって難しいですね。自分を自分で考えないと悪いところしか思い浮かびません。他人から見たら違うんでしようか。	自分のことならいろいろと書きやすいのですが他の人のこととなると「これ書いていいのかな」と心配になりつつ課題に取り組み形になりました。今回は少し疲れました。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	TEGのテストにより自己分析とアドバイスを頂けてよかったです。自分以上の結論に至り安心しました。就職活動に生かしたいと思います。	エゴグラムでの結果はあてはまわって耳が痛かったです。それから、自分が仕事に対してイメージできていないことがわかって、少し自分で調べたりしなければならぬと感じました。	TEGは以前もしたことがありますが、大きな違いはなく成長などが少ないように感じ変わってないなと少し残念に思いました。会社で重視したい点などを文字化することで客観視できます。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	欠席	どう見えるのかというのには、コミュニケーションをする上で重要だと思いましたが。場面と関係性など色々な可能性があるんですね。	状況を考えたり意見を言ったりと今回はする事が多く疲れを感じました。ただ、他の人の意見でそんな発想がなかったなと面白く思うものもあり勉強になりました。場面を読み取るという事は必ず必要になるので生かせればと思います。

実施日	目標	実施内容	TN(女性)	SS(女性)	IS(女性)
第5回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	今回のプログラムでは「心理学」の授業で習ったことを復習でき、良かったなと思いました！	自分と相手の都合をどっちも考えなければならぬのは少し悩みました。	実際に頼む場面に出くわした場合、どうしているか分からなくなることがあります。なので勉強になりました。
第6回	会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> • 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 • これまで考えてきたことをもとに、自分について端的に表現してみる 	欠席	思えば、自分から話しかけることはあんまりなかったと思います。たから話しかけるとかイメージが出来ていませんでした。あらかじめ言葉を決めておけば話しやすいんじゃないかな。	RPでは名前を言うことに集中しすぎて「何を聞くんだったの？」と面接室はどこかを尋ねるといった目的をすっかり忘れていました。実際に練習してみても気が付いたので、いい発見になったと思います。
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通して自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	模擬面接をしてみて、上手にできていないところもあったので、反省することもでき良かったと思います。全プログラムの内容を参考に就職活動、頑張ります。ありがとうございます！	やっぱり面接は頭が真っ白になりました。自分の映像を見るのはとても恥ずかしいと思います。もっと練習しなければならぬと感じました。	とても不安があつて気分が悪くなつていました。疲れはしましたが、やるだけやつたと帰ることができました。最後にデータを削除するか声掛けをしてくださりありがとうございました。とても助かります。
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	欠席	ストレスを軽減するには、考えないか意識しないのが一番なのかと思いましたが、やっぱり難しいと感じます。	ストレスや考え方についての説明など分かりやすく今後役に立つと思います。ネガティブな思考からポジティブな思考へ変えるのは大変そうですが、ぜひやってみたいと思います。

実施日	目標	実施内容	NTa (男性)	TTa (男性)	HH (男性)
特性・症状	—	—	集中力や意志とは無関係に眠気が起こるようで、毎回居眠りがみられた。参加意欲は高く、まじめであるが、相手の意図がうまく読みとれず、一方的に話す場面がみられた。	ほとんどの回で連絡もなく遅刻。自己愛的な防衛が強く、他者の意見に同調するのが難しいようであった。第5回以降は連絡が取れなくなり、グループへの参加は中断となった。	履歴書などに一字も書けないほど、自分について表現することへの不安が強い。プログラムでも自分の考えをうまく表現ができず、回を重ねるにつれ発言が減り、拒否的な言動がみられるようになった。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	今回参加してみて自分のことをある程度見直すことと分析することができたと思いました。	遅刻してしまっただため、今後はそのような点も改善していきたい。	座学が久々だったので眠たくなくなった。
特別回	仕事観の理解	<ul style="list-style-type: none"> 仕事に対して、どんな点を重視するかについて検討 	働くにあたって何を重視するかを知ることができたとします。	欠席	2人だけだったので気が楽ではあった。
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自分理解 友人や先輩との関係の分析を通した自分理解 	自己分析をするにはどうしてもわからない部分があるために他人からの分析もあると良いということになった。	他者の考え方を聞く事は大変有意義でした。TEGは自己を見つめ直す上でも良い方法でした。しかし(他己理解において)具体的に人を挙げると、人は良い点と悪い点がグラデーションを持って存在するため抽象化した方が良いのでは?と思いました。	特になし。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	重視するポイントからの職種志望分析や会社観のことを考えてみるとかなりあいまいな部分が多く判断できないことが分かったのでそこを直していきたい。	欠席	仕事観がない。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	コミュニケーションは言語的なものと表情的なものとの調和が必要だと思った。	(感想の記載無し。満足感も疲労度もどちらでも無いにチェック。口頭で感想を伺うと「でっかいプロテインを初めて見ました」と述べられ退室された。)	ディスプレイ形式は苦手。

実施日	目標	実施内容	NTa (男性)	TTa (男性)	HH (男性)
第5回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	人によって頼む形も違ってくるんだなと思います。	欠席	特にありません。
第6回	会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> • 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 • これまで考えてきたことをもとに、自分について端的に表現してみる 	他人と会話をする際は始めに状況など確認をしなければならぬと当たり前ながらも重要なことだと再確認できたと思います。	欠席	特になし。
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通して自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	面接の練習をやってみて、忘れていた部分がいくつかあったので、その部分を直すことが重要だと思いました。	欠席	特になし。
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	ストレスについて考えてみて、やっぱり人によって様々なストレスを抱えているんだなと思いました。	欠席	特になし。

表2 プログラム実施の経過（第IV期）

実施日	目標	実施内容	TD(男性)	SSy(男性)	TKe(男性)
特性・症状	—	—	一見落ち着いて見えるが、内心では緊張が強い。実際には他者に対して適切に対応できていないと思われ、本人にはそのような実感が乏しいようで、極めて自己評価が低く、抑うつ的な面がある。	他の参加者よりも年長であり、社員経験もあるため、落ち着いていいる。だが、「聞き役」が多いと語るように、対人関係面では自分を主張することが難しく、自己評価が低い。	吃音への不安からか、発話への抵抗が強く、声が非常に小さい。また同年齢集団に違和感を感じることも多いようで、それを自分に問題があるのかのように感じている。対人面での対応は適切に行える。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	自己分析のきっかけになればと思った。短所に関して複数挙げること、その分を長所につなげていくべからう。	想像していたよりもフランクな雰囲気、あまり緊張せず発言できた。自分のことを振り返るだけではなく、周りの人がどのような考えをもっているのか、知ることが出来たので良かった。	少しではありますが、自分のことを改めて知ることが出来ました。自分の短所はたくさんあるはずなのに思うよりもあまり書けず残念でした。長所は、自分が思うような所が見当たらないので就職活動において結構不安を感じています。
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通して自分理解 友人や先輩との関係の分析を通して自分理解 	周囲の人との距離感を記入するのが難しかった。	欠席	自分のポジションを見つめなおしたり、尊敬する人や憧れる人は誰かを考え思いついた時、自分の立場や現状を少しでも変えていければいいなと感じました。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フェイールドからの分析 会社観の分析 	欠席	TEGでは自分にかなり当りてはまる結果だった。仕事ビジョンについては、現在自分の置かれている状況を考えると、改めて仕事について求めるものは何かと考える良い機会になったと思う。	自分のことをよく知ることが出来て良かったと感じました。TEGは割と当てはまるような事が多かったので自分を知りたい機会になりました。特にマイナス面はよく当てはまっているように感じ、もう少し改善していくべきだと感じました。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	写真からコミュニケーションの内容を考えるのは楽しかった。表情から感情を読み取るのは大変だと思った。	言葉が一つ一つでも、様々な取り方があるため、言葉の意味をとるのではなく、相手が何を思っているのか、想定していくとうまくコミュニケーションが取れていくのではないかと考えた。久々のディスカッションで緊張したがなんとか話せたのでよかった。	他者の意見に共感したり自分とは違った意見が聞けたり面白い経験となりました。採用面接のディスカッションも楽しさを感じながら自分の意見を精一杯伝えたいです。また、感情は口に出すことより伝わりやすいため、これからは多くの人と話す機会を増やしていきたいと感じました。
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方 や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	相手の気持ちを考えるのが苦手なので、難しく感じた。	相手のことを考えるうえで、いくつかのパターンを覚えておくことで少し進めやすくなると思った。相手に頼みごとをする際に私メッセージを使うと良い事を知ることが出来て良かった。	相手の気持ちについて考えてみると、人付き合いにおいて難しい面もあるなと感じました。僕の場合は傷つきやすくメンタルが弱いので怒られたり非難されたりすることが苦手です。就職した場合は、このような場面に遭遇しやすくなると思うので、少しでも慣れていきたいなと感じました。

実施日	目標	実施内容	TD(男性)	SSy(男性)	TKe(男性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	目を合わせて話すのが苦手なので緊張した。	会話を始める際のポイント等、普段意識せずに行っていることを改めて振り返ることが出来て良かった。また実際にロールプレイを行ってみることでポイントを意識しながら動くことができた良かった。	欠席
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通して自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接自役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	模擬面接や実際の企業との面接は、経験があったが、撮影した自分の動きや言葉遣いを確認することはなかったので緊張した。参考になることも多くあった。	録画した自分の動画を見て、自分が思っているような所は他の人の視点から見ると違っていたりすることが分かって良かったと思う。こういう機会はなかなか無いので良い経験になったと感じた。	他の人の模擬面接を見てハキハキしゃべる点としつかりした態度で臨む点は参考にしてよいと思いましたが私は「自信をもって」「はつきり」と言われることがよくあり、今後直していこうと思っています。
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	ストレスへの対処法を考えるきっかけになったと思う。ストレッチサーは日常に多く存在しているの得上手に向き合える方法を学びたい。	なぜ自分が嫌と感じているかななどを考えることによって、出来事の受け止め方を変えてストレス軽減をすることが出来ると感じた。自分の体調不良に対するストレスも考え方を変えて対処してみようと思った。	欠席

実施日	目標	実施内容	TM(男性)	TH(女性)	HA(女性)
特性・症状	—	—	何度注意してもスマホを触る等、集中の持続ができず、また、一度気になつた事は注意を受けてもなかなか自制できない所が目立つ。対人面では他者への関心が強く、いささか独りよがりな面がある。ほとんどの回の回で30分程遅刻。	対人面ではある程度の疎通性もあり、配慮ある対応が可能であるが、積極的な関わりは見られない。自分のペースを守ること、不必要に傷つかわずに済むように自分を守っているように思われる。	緊張が高まると情緒的に刺激され、涙を流すほどに苦しくなることがある。ある程度は周囲に配慮できているが、集団の場でも自分のことを話し続けるなど、場の雰囲気を読み取りにくい面がある。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自己理解 	すでに社会人の人もいたりしてびっくりした。もう少し話し合いやアイスブレイクがあると良いなどは思いました。	改めて自分のことをじっくり考えてみると、自分についていろいろ再確認出来て、有意義な時間でした。	知らない人ばかりで気持的にちよつと泣きそうというか若干泣いていた。個人的には普段が結構メンション高いまうなので、なんか浮いてないかなと心配になるところもある。
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自己理解 友人や先輩との関係の分析を通した自己理解 	あまり考えることがなかったことを考えさせられた。面接の参考にした。	前回は自分の内側の分析でしたが、今回は他人とのつながりをもとに分析するという、違う視点からの自己分析で面白かったです。	前回よりは気持的に余裕もつてきたと思う。志望動機を作るという話ではちよつとでも不信感があると顔に出るから、それができれば苦労しないよなあと思う。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	久々にエゴグラムをやったら自分の理想とずれていた・・・。そんな感じ。なかなか思うようにはいかないようです。	今までぼんやりとしていた、自分の「仕事観」や「会社観」という自信の価値基準がある程度明確に出来たので良かったと思います。	回数を重ねるたび、疲労度は減っているのちよつと安心。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	さまざまな視点を見つけることが出来ました。眠気を取るにはエナジードリンクが良さそうです。	コミュニケーションについて、少し不安に感じていましたが、ちゃんと話し合えたので、良かったなと思います。	ディスカッション形式は初めてだったけれど、意外と意見も言えたと思う。ただ、始まるまでに相手の顔や目をなかなか見れないというのはあった。始まればだいぶマシだった。
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	また遅刻ですいません。他人がどう考えているのかというのがよくわかった。	自分が思いつかなかつた意見も聞けたので、良い勉強になりました。	ディスカッションとか課題とかで出てくる内容が、自分が昔経験したと被ることも多くて気持ち的には少し辛い。ただ、こうして課題になっているということは割と皆出来ていないことなんだろうなとも思った。

実施日	目標	実施内容	TM(男性)	TH(女性)	HA(女性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	<p>ぎこちない動きにならなくて良かったです。次はもう少し早く行かねば。</p>	欠席	<p>ロールプレイをやりながら思ったが、実際ロールプレイの通りに行かないことが多いし、むしろその通りにいったことの方が奇跡だよなと感じた。あと、他人の良かった点と考えるのが意外と思う。</p>
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通した自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	<p>ぎこちない動きにならず良かったです。録画の音がすごく聞き取りにくいこともありました。</p>	<p>(記載なし。口頭で復不足だったと話される。)</p>	<p>まさか、開始早々ガチ泣きするとは思わなかったが、実際に模擬面接をやってみると意外といけるものだなと思った。面接官役として座っているだけの方が緊張するのは予想外だった。</p>
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	<p>早朝から色々あったためきつかった。人によって何がストレスになるかは違うため、相手を知ることが大事だった。</p>	<p>自分では、あまりイライラすることが少ないように感じていたけれど、書き出すと結構あるのだなと思いました。</p>	<p>自分で思うストレス源が、パツと思いついた嫌な思い出しリストみたいになりかけていた。</p>

実施日	目標	実施内容	SM(女性)
特性・症状	—	—	表情に乏しく、緊張が強い。また自分の意見や考えを語ることへの不安がかなり強い。一対一の場面ではまだやりとりが可能だが、集団場面になるとかなり緊張が強まるようである。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	(未記入)
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通して自分理解 友人や先輩との関係の分析を通して自分理解 	(未記入)
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	欠席

表2 プログラム実施の経過（第Ⅴ期）

実施日	目標	実施内容	TTo(男性)	TTom(男性)	TMi(女性)
特性・症状	—	—	全体的には落ち着いており、参加意欲は高い。積極的に自分の考えを表明するが、一方で細かい質問が多いところからは、不安の強さも推測される。	表情に乏しく、一見すると参加意欲はあまり高くないように思われる。しかし話を向けると、自分の考えを臆することなく詳細に語る事ができる。	微妙に話が噛み合わない部分があるが、「はい」と大きな声で返事をするなど、愛嬌がある。相手の意図を読み、それに合わせるなどといった対人関係の機微をめぐる面に関しては苦手なようである。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通して自分探し 苦手な人との比較を通して自分理解 	少人数だったので話しやすく、学校の就活支援センターより自分の考えを話せました。また自分と同じような意識や気持ちの人がいることを知ることができて、うれしかったです。	自己分析を自分なりに考えて書くことができた。初めて会う人の長所と短所を知ることができ、自分との共通点と違いに気づけた。	初めてしたので初めての方と意見を共有しあって、自己分析をすることが出来て本当に良かったです。履歴書やエントリーシートを書く際に自己PRが書けるように今後の就職活動に繋げていこうと思います。
第2回	他者を通して自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通して自己理解 友人や先輩との関係の分析を通して自己理解 	内容は面白く、参考になると感じました。しかし、個人的にはもう少しディスカッション等の話せる内容が欲しいと感じました。次々回を楽しみにしています。	尊敬・憧れの人についてしっかりと考えることができ、よかった。自分も近づけるように日頃から大学のサークルやゼミなど積極的に参加したい。	他己分析を通して、図を書いてまとめるという作業は難しかったんですけど、思い出せる範囲で書けていて良かったです。来週は「適職分析」なので東大式エゴグラムという難しい内容に挑戦して自分の職種や業務内容にあった会社を見つけていきたいです。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 社観の分析 	学校では出来なかつたテストや自己分析がゆっくりに自分のペースですることが出来て、参考になりました。	自分に合った仕事について書き出すことはとても大変だった。	適職分析を通して、最後まで書けなかつたんですけど、今年中に進路が決まるように一生懸命頑張ります。7月に入ったので、大学の勉強や資格と両立して生活のリズムを崩さないように頑張ります。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	まず自分はリーダーより、リーダーを助ける役目の方が向いていると感じました。また会話が少なくてコミュニケーションが低い会議は進行するのが難しいと思いました。	コミュニケーションというのは日常不可欠なので、グループで話し合うことはとてもいい機会でした。就職にも欠かせないので大切にしていきたい。	コミュニケーションには「言語的コミュニケーション」「非言語的コミュニケーション」があり、相手の気持ちをお互い良く考えて、顔の表情を工夫していくことが大切だと分かりました。就職活動の面接時にも気をつけて頑張りたいと思います。
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	割と自分は相手とコミュニケーションが出来る前提で頼み事や話を聞くことをしていたと気づきました。またメッセージは大切だと思いました。	相手の気持ちを考えることは就職する際にコミュニケーションをとる(うえで)大切であることが改めて分かりました。	「相手の気持ちを考える」「上手に頼む」項目で最も重要なことは、興味・関心を持つて気持ちを落ち着かせてから行動することが大事だと分かりました。蒸し暑いかもしれませんが、来週はテスト勉強と両立して頑張ります。

実施日	目標	実施内容	TTTo (男性)	TTom (男性)	TMi (女性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	<p>今回で自分ではあらかじめ用意された内容よりアドリブの方が得意なのではと感じました。そのため面接ではその点をアピールしようと思いましたが。</p>	<p>試験勉強のため欠席</p>	<p>会話の進め方について「就活セミナー」を設定してアドリブを使いながらロールプレイを行いました。表情を工夫しながら楽しめることができましたけど、エアコンの空調感が効きすぎたので来週も頑張ります。</p>
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りの自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接自役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	<p>実際に練習をビデオにとってみて、自分はやはり集団面接より、個人面接の方が向いていると感じました。</p>	<p>面接練習で自分の長所と短所が分かる部分がありました。自分の足りていない所はこれからの大学生活の就職活動で身につけたいです。</p>	<p>模擬面接の練習を通して、入室、退室時の挨拶やルールを身につけてビデオカメラで見えて改善したい所を探りました。就職試験での面接時には、入室のマネージャーや受け応えを改善できるように頑張ります。</p>
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	<p>ストレスの感じ方が自分とは他の人と比べて独特であるということが分かりました。ので、次ストレスに関しても人に話す事があれば話し方を気をつけようと思いました。</p>	<p>学校行事のため、欠席</p>	<p>ココふわを通して、就職活動に向けて「コミュニケーション能力」や「自己分析」「模擬面接の練習」など苦しいことにも挑戦という力が身につけていたことで良かったです。就職活動に着々と準備しているので、夏季休業中も適度に休暇をとりながら頑張ります。</p>

実施日	目標	実施内容	KR(女性)	YMi(女性)
特性・症状	—	—	やや表情に乏しく、自分の考えや気持ち表現することに難しさがあるようである。それでも周囲の温度を測りながら、場に適応することは難しいようである。	非常に丁寧な言葉遣い。そういった丁寧さを意識的に心がけているようだが、ややかしまり過ぎという印象も受ける。全般的に、精神運動性や反応性がややゆっくりという印象を受ける。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通じた自分探し 苦手な人との比較を通じた自己理解 	自分の好きだった物の経験を考えた時、自分の発見は何なのか分からなかったのですが、ちやんと理解できたと思いました。自分の短所を長所はどう直すかを考えて、気をつけたいと思えました。	欠席
第2回	他者を通じた自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通じた自己理解 友人や先輩との関係の分析を通じた自己理解 	欠席(連絡がないため、こちらから確認の電話をすると、「寝不足で」のこと)。	私は、今回初めて参加をさせて頂いたのですが、本日のプログラムでは自己分析や他己分析をやってみて、自分のタイプについてもゆっくりより考えることができたと思います。これからの人間関係の中では大事なこともありました。ためになりました。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	今日は眠気がしてとても疲れましたが、頑張って参加できるようにしました。体調管理を整えたいと思います。	欠席(開始直前になって、母親から欠席との連絡あり)
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	欠席(連絡がないため、こちらから確認の電話をするも、電話に出ず)	今回、私は2回目の参加でしたが、人のそれぞれの場面での感情についてよく考えたうえで、相手の人とやり取りをするという事について学ぶことが出来る、人間関係でのコミュニケーションでも大事だと思います。
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	欠席	人がなにかをしている時に、話しかけたり、用が本人にある時に限ってその人が何かしてたりした場合に声をかけたりするタイミングをつかむコツを知っておくのが、社会に出た際には大切だなあと思いました。

実施日	目標	実施内容	KR(女性)	YMi(女性)
第6回	相手の気持ちにについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	今週は第6回「会話を始める」「自分を表現する」で自分のコミュニケーションの取り組みがどんなのかを経験して理解しました。	今回は会話でどのような事について気をつけるべきなのか？についてを学び、相手が話を人と出来るようになゆとりもないぐらいい忙しくていたらその相手が仕事が終わるまで待った方がいいと思います。
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通した自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	今回は面接の練習をしてみまして、自分のどこが良くなかったのかをビデオで見ました。面接の本番に、自分のどこを気をつけたら良いかをチェックして、くせを直した方が良いと思います。	今回、模擬面接というのをやってみました。目線の高さや、姿勢など気をつけながら面接をするというのが大切なんだと思いました。ありがとうございました。
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	欠席(連絡がないため、こちらから確認の電話をするも、電話に出ず)	本日は最後でしたが、今までたくさん面接練習や相手が手があいていない時、どうやってタイミングを見計らっていいかわかを学んできて、ためになったことがたくさんあるので、ここで学ばせて頂いたことを今後の日常生活にも生かしていきたいなと思います。

表2 プログラム実施の経過（第VI期）

実施日	目標	実施内容	KA(女性)	KMa(女性)	TY(男性)
特性・症状	—	—	初めから意欲は高い。大人しい印象だが、発言することを拒むことなく、回を重ねるごとに自らの発言量も増えていった。	記載の量は多いが、緊張からなのか表情はあまり変わらない。発言すると疲れるといい、自主的な発言は少なめであった。容姿や持ち物など細部にこだわりの強い印象。	自分の考えを発言したり、他の参加者ともそれなりに積極的に話し合うなど、参加態度に問題は無いが、自分自身の考えや否定的な自己イメージなどはなかなか変わらない。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	普段は発表などあまりない方なので少し緊張しました。自分の短所と長所を整理することができて良かったです。	男性ばかりと聞いていたので不安だったけど、1人女性がいて心持ちとして助かった。体を動かしたり、スキップさせられたりするの不安だったけど、座学で良かった。他の人の話を聞く自分にはない考えが得られてとても面白かった。「へえ〜」ボタンならぬ、「わかる〜」ボタンがあったら沢山押していた。	自力で短所→長所への変換ができていなかった。内容が理解できたが、それを実行するのが難しそうだと感じた
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自己理解 友人や先輩との関係の分析を通した自己理解 	少数なので発言しやすかった。自分が尊敬できる人が周りにいるのはありがたいことなんだなと思いました。	今日は少し体調が悪くないこともあって、イライラする場面もあった(自分の嫌な過去を思い出しながら書き進めなければならぬ)シネマはそうなりがち。「そうはならない人ゾーン」を書いた後、少し罪悪感を抱いた。	他人があまり好きではないので疲れた
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	いつもより考えることが多く、集中することが大変でしたが、TEGⅡで自分の強みや弱みをおおまかに知れて良かったです。	<ul style="list-style-type: none"> TEGⅡは高校の時にやったことがあった。当時は逆N型だった。今はW型？ 案外変わるもんだ。 仕事に対する価値観が今日発言した男性陣とはまるで違っていて、自分は現実感や安定性がないのかな？と不安になった。 発言しない日はさして疲れないことが分かった。 	TEGⅡの結果はだいたい当てはまった。自分の求める仕事像がなんとなくつかめた。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	自分の意見が少ししか出なかったのもっと柔軟に考えられるようになったら良いなと思いました。他の人の意見も聞いて参考になったこともあり、視野が広がりました。	定型の人は目を見るけど、自閉気味の人は口を見る〜といった話があったが、私は口を見た方がリスニングの正確性が上がるので、目く口に注目している。今回はコミュニケーションについて考えたけど、正直そんなに興味をそそられなかった。何故だろう。	やはりコミュニケーションは難しいと感じた。
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	色々な考え方があっていいのだなと思いました。相手の気持ちや自分の理想を考えて対処したいいけないなと思います。模範的な頼み方や対処ができるようになりたいと思いました。	相手の気持ちを考えるのは難しい、今日のように1つの案を丁寧に扱えば大丈夫だけど、大半のものは瞬発力が必要。場数を踏んで頭の中で公式を作るしかない気がする。自分の信条として絶対に受け入れられない考え方にアチ当たることフリーズする。そして熟考せずキョヒ、否定してしまおう。ど〜しよ。	相手の気持ちを考える際に、どうしても否定的な考えが入ってしまうところが分かった。

実施日	目標	実施内容	KA(女性)	KMa(女性)	TY(男性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	<p>自然な会話の仕方や話しかけるタイミングなどのコツがよく分かった。他の人はどのように感じるかも聞けて良かった。私は質問に対する答えを挙げることが苦手なので、もっと思いつけないといけないなと思った。</p>	<p>ロールプレイングが物凄く恥ずかしかった。他の方は冷静だったり、演技上手だったりすごいなと思った。「会話を始めるときは冷めた声で、あんなに上手く行くパターンなんてない」と思った。丁寧な言い方を立てても、つっけんどんに返す人は多い。また、手が空かずにずっと忙しい人もいた。そういう時どうしたら良いのか知りたかった。</p>	<p>改めて自分を見つめなおす機会になった。</p>
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通して自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接自役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	<p>動画を見ることが自分の弱みや強みが分かった。これでこれからは活かしていこうと思います。また他の人の良い所をまねしてもっと印象の良い面接ができるようになりたいです。</p>	<p>事前に連絡があり、体調不良のため、欠席。</p>	<p>自分の改善点が多く分かったので、本番の面接の時までに改善したいと思った</p>
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	<p>ストレスの性質についてよく分かった。自分のストレス対処法について考えることができ、日常生活に応用できたらいいなと思いました。</p>	<p>全8回、あっという間だった。振り返ると、よくちやんと通えたなと我ながら感心する。参加した当初は、自分と全く違う考え方をしている人が多いと感じ、「自分は間違っているのか...?」と不安になることもあったが、今は戸惑うことはあっても「フーン」と流せるようになった。ここふわが終わってしまい、今後どうしよう...って感じ。</p>	<p>ストレスへの対処にも人それぞれあって新鮮だと感じた</p>

実施日	目標	実施内容	KT (男性)	FK (男性)	MS (男性)
特性・症状	—	—	本グループへの参加を他の用事より優先させるなど、参加意欲は高い。やや言葉の理解が難しいように感じられる。時々、堰を切ったように自身が話したいことを話したことがある。	よく考えたうえで発言しており、社会的な疎通性もあるが、考えていることを文章化することが苦手なようである。	独自の世界観がある。発言のタイミングに問題はないが、周囲の様子などはあまり考えずに自分のペースで発言してしまうことが何度かあった。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自己理解 	自分の長所や短所について知ることができた。 自分の人物像を知れて自分が何をすればいいかなどが分かった。	自分の好きなものの事を文章にして表現する事が苦手だという事ははっきりと分かりました。全体的にかなりテンパンってました。	自分のことを考えるキッカケになった。ただ、まだほんの一部なのでこれからは大半。
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自己理解 友人や先輩との関係の分析を通した自己理解 	考えれば様々なことを知ることができた。自分が普段から相手にしていた行動などを考え直すきっかけになった。	大切にしないではいけない自分の部分を知る事が少しは出来たと感じました。ただもう少し他人に対して感心(原文ママ)を深めていかなくはないといけないのではと反省する事もありました。	少々ガラの悪いところが出てしまった。自分とはそういう者なのだとまた確認できた。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	色々なことを学べた。例えば仕事について重要視する理由を知って改めて本質的な理解ができた。	可もなく不可もなくなく感じます。ただ今までの経験からもそう思っていたのですが、本当に自分はおとなしい性格でこれからもそうしたい人間なのだと改めて感じました。	年功序列への不満が多い。プライベートでの上下関係自体が足かせになってることが多かったのが排評(原文ママ)の原因になった。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	コミュニケーションの取り方や感じ方に対しての違いの差についてしっかりと実感した。	非言語的なコミュニケーションの面を常に意識しながら相手とやり取りする事は非常に難しい事と思いますが、頭の片すみにそういつた点を覚えておき、ある時ふと思いついて行動に移すということが他人とコミュニケーションを深めることの一歩につながるのではと考えました。	良くも悪くも人の行動は様々な姿点(原文ママ)を持つ。
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	自分の配慮によって話の盛って(原文ママ)いきやさや(原文ママ)与える印象などについて知ることが出来た	人に何かを頼んだり質問をしてみたりする事は大切でも勇気のいる事ではあると思います。皆傷つけられるのは当たり前と感じますし、知らない人であれば気がつかないという負担の面も上乗せされ大変です。割り切れる自分をつきつき肯定してあげられる術、若しくは勇気が他人と接する上で自分は一番欲しいものです。	本性だだもれになってしまった…

実施日	目標	実施内容	KT(男性)	FK(男性)	MS(男性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	<p>会話の始め方の重要性に気付いた。</p>	<p>他人と話す時の自分の落ちつきやなまけなところをどうにか克服したい、しなやかな話し方がしたい。</p> <p>考えて自分の主張を整理して口に出すという流れを上手くこなす事ができない。</p>	<p>客観的な視点も探すべきか...</p>
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通した自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	<p>実際に自分が面接で改善すべき点をはっきり分かった。</p>	<p>学校の用事があるとのこと欠席</p>	<p>自己評価の低さゆえか。思ったより高い評価だった。一番の課題は精神力か....。</p>
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	<p>ストレスの対処法が色々あつて色々考え方を持つ事が出来た。</p>	<p>これからは色々な物事に対して落ち着いて、素直に前向きに、自分のペースで頑張っていこうと思います。</p>	<p>大半のストレスが対処しようが無いのでもう割り切って別のことをしていることが多い。やっぱり新種の珍獣を作るのが一番楽しかったりするのでもストレス発散法としても重宝している。</p>

実施日	目標	実施内容	TK(男性)	KS(男性)
特性・症状	—	—	緊張感が非常に高く、感想の記載や発言がほとんどできなかった。戸惑いが言動にすぐに出てしまい、自己評価はかなり低い、しかし参加率は高く、周囲と自身を比べた評価には妥当なところもある。	本グループの予定とアルバイトの予定を重ねてしまい、途中退席したり、本グループを休んだりすることや何度かあった。その状況での正論や正解を発言したり、記載したりすることが多い。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通じた自分探し 苦手な人との比較を通じた自分理解 	自分のダメな点が出ました。このまま参加していきけるか不安です	自分をよく見つけて長所と短所を把握することが大切だと思った。自分の長所があまり思い浮かばなかったので、アピールできるポイントをこれから見つけられるような手がかりをつかむ場として活かしていきたい
第2回	他者を通じた自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通じた自分理解 友人や先輩との関係の分析を通じた自分理解 	書くことが思いついて書いていたとしても、なにか違うことを書いているように感じて書けませんでした	体調不良で欠席の連絡あり
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	TEGのテストがほしいと思ったといふと思うけど、A- (なかなか書けず、30分ほど考えていた)	連絡なく欠席
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	書くことが出来ず、話し合いにも参加出来ず、話をきかされたのに、かえすことが出来なかった	(「用事がありまして」とのこと途中で退席)言葉を実際に発することだけでなく、身ぶりや表情などや、言葉が発しないということ自体もコミュニケーションになることがわかった。相手の立場に立ってコミュニケーションができるように、こちらからしていきたい
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	(無理して書かなくてもいいと伝えるが、計30分考え続け、結局一言も書けずに時間となる)	(「今日も用事がありまして」とのこと途中で退席)相手の意図を理解することの難しさを実感した。相手の意図を複数想定して、なるべくそのどちらにも対応できるように反応をしていくよう心がけていきたいと思った。

実施日	目標	実施内容	TK (男性)	KS (男性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	(計30分ほど考え続け、一言も書けずに時間となる)	人とのコミュニケーションは相手の立場になつて考えて行動を起こすことが大切だと思った。脱中心化という単語を忘れないようにしていきたい。就職活動に向けて自己分析として書くことを考えていきたい。
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通じた自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	(計30分ほど考え続け、一言も書けずに時間となる)	実際に自分の模擬面接をビデオを通して客観的に見ることで、自分ができるようになるつもりだったけれどもうまくできていない部分や、まったく気づかなかつたポイントに気づくことができた。また他の参加者の面接の様子を見ることで、参考にするのができて非常に良かった。
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	(計30分ほど考え続け、一言も書けずに時間となる)	就職活動ではストレスのかかる場面が多いと思う分、今日学んだことを活かして対処していきたい。

表2 プログラム実施の経過（第VII期）

実施日	目標	実施内容	HAy(女性)	AT(女性)	KAt(男性)
特性・症状	—	—	自身の考えをはっきりと持つていたためか、他者の肯定的な意見を取り入れる様子があまり見られない。身の回りのことを自身で行っているとのことだが、あまり清潔感はない。	書字は問題なくきれいに書くが、数字の計算や指示に対する理解が難しいようである。参加意欲はあるが、不安感が強い。	あまり敬語を使わず親しみやすい印象を受けるが、ある意味では社会性が低く自身のペースで喋ってしまうことがある。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	自己分析は元々よくやっていたのですが、また自分の新しい面を知ることができたと思います。好きなものの発見については記入を忘れてしまいました。すみません。短所の件はありがとうございます。	所用により欠席	思いのほか時間が早く過ぎたと感じました。短所と向き合うのはむづかしいと感じました。
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自分理解 友人や先輩との関係の分析を通した自分理解 	ポジションについてはゴチャゴチャになってしまってますみませんでした。また、自分と同レベルの人等を考えるのは少し悩みました。	参加してみても緊張したが、他の人と話してみても楽しかった。	前回提出したやつとの異なる視点からの意見が聞けたのが良かった。集団活動でのポジションは普段考えていないので(あまり集団活動に参加しようと思っていないし、実際にそこまで参加していないと思う)考えるのが大変ではあった。
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	早く来るように言われていたのに遅れてしまってますみません。今日は少し書くことが多く、少し大変でしたが参考になりました。エゴグラムの結果については、何か猫かぶりしているサイコパスみたいなの人物のように見えて、少しぞっとしましたが、考えすぎでしょうか？	適職分析をしてみても、難しかった。「会社観」は、説明を見て、やってみようという部分が分からず、難しかった。パーソナリティ自己表は、難しく考えず、やってみたら面白く、自分の性格や目標が当たっていたので、驚いた	就職して仕事するのだからという思いが就職志望のを書いていくときに強くなっていくのを感じた。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	発言を何回か機会を何回か逃してしまいました。それでもスムーズになつたので良かったと思います。	ディスカッションをしてみても、難しかった。緊張した。いろいろの意見を聞いて、こういう人の意見があるんだと思えて、納得し、参考になった。	みんな意見をしっかりと書いてほしいと思った(自分はそのうちの苦手な方)。他人の意見を聞くのは楽しいと思った。表情だけで感情を判断するのは無理だと前から思っていたので、そういう話を聞けたのは良かった(AIで表情から測るのくだり)。
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	この形式に慣れてきました。ただ慣れすぎて失礼なところがあったらすみません。私メッセージはよく聞く使おうのですが、これからも使っていこうと思います。県民性的なものに頼むときに相手を持ち上げる人が多いのでよそのときはひかえます。	相手に上手に頼むことについては、解説を見たら、頼み方や言い方の理由が様々な意味が書いてあった。難しかったが、参考になった。	ウィルス対策として体温を測ってもらったところ、「熱が上がりそう」とのこと、自主的に帰宅されたため、不参加。

実施日	目標	実施内容	HAy (女性)	AT (女性)	KAt (男性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	<p>スタッフさんの手を借りることが多かったです。ありがとうございます。今日は積極的に発表ができて良かったです。</p>	(コロナウイルスを心配して欠席)	<p>受付で道を尋ねる練習で、自分が尋ねる側のときにもう少し良いやり方があったのではないかと思いましたが、どうすれば良かったのかが思いつかないのでモヤモヤしている。</p>
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通して自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接自役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	<p>昔と比べると少しなままっている所もあると思いますが、できている所もあったようなので安心しました。30度の礼の練習がんばります。</p>	(コロナウイルスを心配して欠席)	<p>自分の姿を見直す機会はまだ無いので参考になったと思う。面接で聞く側(会社側)の方も緊張するのは本当だったのかと少しおどろいた。</p>
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	<p>発表するタイミングを逃したりしました。今日は少し調子が悪かった気がしますが、(全体を通しての感想)思っていたのと違うところが多かったです。色々参考になりました。ありがとうございます。</p>	<p>このココロアワを参加して、最初はどんな授業かと思い緊張したが、コミュニケーションと社会に関する授業だったので安心し、楽しく受けた。皆と話をして楽しかった。この講座を受けて良かったと思った。また、勉強になった。短い間でしたが、ご指導していただきありがとうございます！ (全体を通しての感想の記載なし)</p>	<p>ストレスの原因をあげていくことは普段そんなにやらないから、あげてみることで良かったと思っただけで対処法を考えると出てきたので良かったと思う。(全体を通しての感想)受けてみて悪いものではない無かったと思った。少なくとも週に一度必ず出かける機会があった良かったと思う。自分の見方はこれまで変わらなかったようにも思う。けど、仲間がいたようにには感じた。参加者さんに感謝。</p>

実施日	目標	実施内容	FKo(男性)	TK2(男性)
特性・症状	—	—	自身をやや過大評価しているようで、虚栄心が強いように感じられる発言がある。意図を明かさずプログラムに関する書類のみを送ってきたり、アポもなく面談を希望したりと社会性は高くない。	2回目の参加。前回と違い、本人のペースに極力合わせた対応を行った。前回よりも記載できるようになり、本人も希望を言うことが出来ていた。
第1回	自分の特徴の理解 (自己理解)	<ul style="list-style-type: none"> 好きなもの、熱中したものを通した自分探し 苦手な人との比較を通した自分理解 	所用により欠席	時間がかかり、先生にも手伝わってもらいながらも、前回よりは書けていたと思います。
第2回	他者を通した自己理解 (他己分析)	<ul style="list-style-type: none"> 現在の集団活動におけるポジションの分析を通した自分理解 友人や先輩との関係の分析を通した自分理解 	初回というもあり、これが職活に結びつくかわかりにくかった。なぜわかりにくかったのかという点で、インプットしたことがなかったからである。もともと自分の知らないことをインプットできると思ったがそうではなかった。しかし他人の考えが自分と違った考えや思いをしていたのが面白かった。そういう意味では次回もたのしみである。	連絡があり欠席
第3回	適職分析	<ul style="list-style-type: none"> パーソナリティ自己採点表 東大式エゴグラム(客観的な自己理解) 事業フィールドからの分析 会社観の分析 	自分はACが高く外面重視であると判断した。また安定を重視しており、不確定要素が苦手であると判断した。しかし考えると自分を押し殺して安定感のある仕事に就きたいなど自分の知らないことが判明した。社会適合できないのではないかと思う。いい子であるという考えはどこから来たのか。自分の原点はどこにあるのか、少なくとも親の金で生きてきたので、早く自立したい。願わくば一生。	前回より書こうと思っていたがまったく書けなかった。書いていても話からずれていたり、考えがまとまらなくて書けていないと思います。
第4回	コミュニケーションについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> コミュニケーションには非言語的なものも含まれることを具体例をもとに学習 	コミュニケーションの裏側を探ることは疲れました。表面の表情だけ読み取るのは相手からききちゃんと発信されないに分からない場合が多い。言葉の意図に気づくには多くの会話を通じてなければならぬ(原文ママ)。	連絡があり欠席
第5回	あいさつ・会話の始め方について学習	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの種類やそのメリットについて学習 相手の状況の確認の仕方や、会話の始め方について具体例をもとに学習 	コミュニケーションはおおよそつかんでいたので簡単であった。日常的にしていることばかりだったので授業の内容は把握できた。できれば依頼だけでなく断り方も教えてほしい。	話すときどろもどろになってうまく話せなかった

実施日	目標	実施内容	FKo(男性)	TK2(男性)
第6回	相手の気持ちについて理解を深める	<ul style="list-style-type: none"> • 相手がどのような気持ちで話しているかについて、具体例をもとに学習 • 上手な頼み方について具体例をもとに学習 	<p>やりたいこと、自分を客観的にみることができなかった。長所、やりたいことが自分ではわからぬ。そういう実績がない。虚無って感じである。自分が何もないと思う。</p>	<p>(時間を延長しても何も記入できず)</p>
第7回	模擬面接の体験学習と、映像による振り返りを通じた自己理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> • 採用面接における基本的な振る舞いについて学習 • 面接者役、面接官役のロールプレイ • 映像による模擬面接場面の振り返りと検討 	<p>面接での練習は自分の態度が見れてよかった。そして他の人の態度も見れた。比べるとタメになり、よかった。</p>	<p>連絡があり欠席</p>
第8回	ストレスへの理解と全体の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> • ストレス反応やストレスへの対処法について学習 • 全8回の体験の振り返り 	<p>8週に渡って以前と変わったことは、自分以外の人の考え方に触れたことである。こうして顔を合わせるだけでも、皆、自分にコンプレックスを持っていたり、悩みなどがある。(全体を通しての感想の記載なし)</p>	<p>これがストレスになるのでは、というのが少しは分かれたのかなという気持ちにはなれなかった。思いました。 (全体を通しての感想)1回目と比べると、少しは落ち着いて出来たのかなと思います。けれど、自分のことばかり気にしすぎて、ほかの人の考えとかしつかりと聞けていなかったところが長くかったです。</p>

表3 参加者の各プログラム体験に対する満足度

満足した…5 どちらかと言えば満足した…4 どちらともいえない…3 どちらかと言えば満足していない…2 満足していない…1

第Ⅰ期 参加者の各プログラム体験に対する満足度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
TA	4	4	4	4	3	4	3	3
YY	4	5	5	5	5	5	5	5
KM	4	4	欠席	4	欠席	4	5	欠席
NT	4	4	4	5	欠席	4	欠席	欠席
IR	3	3	4	4	4	4	5	4
YM	4	4	4	欠席	5	欠席	5	5

第Ⅱ期 参加者の各プログラム体験に対する満足度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
KH	4	5	4	4	4	4	4	4
NN	2	欠席	5	欠席	4	4	4	欠席
TT	3	欠席	欠席	欠席	欠席	3	4	4
IM	4	4	4	4	3	5	5	4
NY	4	4	4	3	3	4	欠席	4
HM	5	5	5	欠席	5	欠席	5	1
KMam	4	4	欠席	欠席	欠席	欠席	4	欠席

第Ⅲ期 参加者の各プログラム体験に対する満足度

参加者	第1回	特別回※	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
TN	4	欠席	欠席	4	欠席	5	欠席	4	欠席
SS	3	欠席	4	2	4	3	4	2	4
TTa	3	欠席	3	5	4	4	4	4	5
NTa	4	4	4	4	4	4	5	5	5
IS	3	欠席	4	欠席	3	欠席	欠席	欠席	欠席
HH	3	3	3	3	3	3	3	3	3

※ TNとISは就職活動のため、前もって欠席との連絡。しかし、当日の間際になり、TTaも体調不良で欠席との連絡があり、参加者が半分となった。そのため、急遽残りの

参加者に連絡を取り、本日のプログラムを延期するかどうか確認したところ、SSIは欠席するとのことであったが、NTaとHHは参加するとのことであったため、特別回を設けた。

第IV期 参加者の各プログラム体験に対する満足度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
TD	4	4	欠席	5	5	4	5	4
SSy	5	欠席	5	5	5	5	5	5
TK	4	4	4	4	2	欠席	2	欠席
TM	3	3	4	4	4	4	4	4
TH	5	5	5	4	4	欠席	3	4
HA	4	4	4	4	4	4	5	5
SM	3	3	欠席	欠席	欠席	欠席	欠席	欠席

第V期 参加者の各プログラム体験に対する満足度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
TTo	5	2	5	2	4	4	3	4
TMi	4	4	4	4	4	4	4	4
KR	4	欠席	3	欠席	欠席	4	4	欠席
TTom	3	3	4	5	3	欠席	4	欠席
YMi	欠席	4	欠席	4	4	4	4	5

第VI期 参加者の各プログラム体験に対する満足度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
KT	4	4	4	3	未記入	4	4	4
FK	3	4	3	3	3	2	欠席	4
MS	5	4	4	3	4	3	4	4
TY	3	3	4	4	3	4	2	3
KA	4	4	4	4	4	4	5	4
TK	3	3	4	3	3	3	3	3
KMa	4	4	3	4	4	4	欠席	4
KS	5	欠席	欠席	5	5	5	5	5

第VII期 参加者の各プログラム体験に対する満足度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
KAt	3	4	3	4	早退	3	4	3
HAY	3	4	3	2	3	4	4	3
AT	欠席	5	5	4	3	欠席	欠席	5
FKo	欠席	2	4	3	4	3	5	4
TK2	3	欠席	2	欠席	3	3	欠席	3

表4 参加者の各プログラム体験に対する疲労度

疲れた…5 どちらかと言えば疲れた…4 どちらともいえない…3 どちらかと言えば疲れていない…2 疲れていない…1

第Ⅰ期 参加者の各プログラム体験に対する疲労度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
TA	1	3	2	3	2	3	4	3
YY	1	1	1	1	1	1	2	1
KM	1	2	欠席	1	欠席	2	2	欠席
NT	2	3	2	3	欠席	5	欠席	欠席
IR	1	1	1	3	1	5	3	1
YM	1	1	1	欠席	1	欠席	5	1

第Ⅱ期 参加者の各プログラム体験に対する疲労度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
KH	2	1	2	3	3	3	2	2
NN	3	欠席	2	欠席	1	3	4	欠席
TT	2	欠席	欠席	欠席	欠席	2	3	2
IM	2	3	1	4	2	3	3	3
NY	2	1	1	4(体調不良あり)	3	3	欠席	3
HM	1	1	1	欠席	1	欠席	1	1
KMam	2	2	欠席	欠席	欠席	欠席	2	欠席

第Ⅲ期 参加者の各プログラム体験に対する疲労度

参加者	第1回	特別回※	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
TN	5	欠席	欠席	3	欠席	2	欠席	5	欠席
SS	4	欠席	2	4	2	5	5	4	4
TTa	4	欠席	4	2	4	3	4	5	1
NTa	3	3	3	4	4	4	4	4	4
IS	3	欠席	2	欠席	3	欠席	欠席	欠席	欠席
HH	5	4	2	3	4	4	4	3	3

※ TNとISは就職活動のため、前もって欠席との連絡。しかし、当日の間際になり、TTaも体調不良で欠席との連絡があり、参加者が半分となった。そのため、急遽残りの

参加者に連絡を取り、本日のプログラムを延期するかどうか確認したところ、SSIは欠席するとのことであったが、NTaとHHは参加するとのことであったため、特別回を設けた。

第IV期 参加者の各プログラム体験に対する疲労度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
TD	1	1	欠席	4	4	5	5	2
SSy	3	欠席	4	4	4	4	4	3
TK	1	1	1	1	1	欠席	1	欠席
TM	4	4	4	4	3	4	3	4
TH	2	2	2	3	4	欠席	4	2
HA	4	4	2	4	3	4	4	4
SM	2	4	欠席	欠席	欠席	欠席	欠席	欠席

第V期 参加者の各プログラム体験に対する疲労度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
TTo	2	2	4	4	5	5	5	5
TMi	2	2	1	2	2	2	4	2
KR	4	欠席	5	欠席	欠席	2	4	欠席
TTom	3	3	3	1	4	欠席	2	欠席
YMi	欠席	1	欠席	2	1	1	1	2

第VI期 参加者の各プログラム体験に対する疲労度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
KT	3	3	3	3	未記入	2	4	4
FK	4	3	3	3	3	4	欠席	3
MS	3	3	3	3	3	3	5	2
TY	4	5	5	4	4	3	5	2
KA	2	2	3	2	2	1	3	2
TK	5	5	4	5	5	5	4	5
KMa	4	4	2	2	3	4	欠席	4
KS	3	欠席	欠席	3	3	3	4	5

第VII期 参加者の各プログラム体験に対する疲労度

参加者	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回
KAt	2	1	5	4	早退	3	5	3
HAY	2	2	4	4	3	3	3	3
AT	一	1	2	3	4	欠席	欠席	2
FKo	一	4	4	4	2	5	5	3
TK2	5	欠席	5	欠席	5	5	欠席	5