

【APU キャリア チェックシート APU Career Check Sheet】

企業/組織名称 Name of Host Institution:		学籍番号 Student ID:		名前 Name:	
<p><APUキャリアチェックシートとは？> このキャリアチェックシートは、「APU学生であるあなたにとって、身につけている就職活動に必ず役立つ力」を記載しています。これからインターンシップを始めるあなたが、インターンシップ開始時点で自分の力を可視化するために使うものです。インターンシップ実施後も再度チェックをし、自分のどの部分が成長したかを実感しましょう。また、その成長を実感した出来事を自分の言葉で表現してみてください。</p> <p><What is the APU Career Check Sheet?> This career check sheet describes the abilities you acquire as an APU student that will definitely help in your job hunt. This sheet is used to help students visualize their abilities when they start internship.</p> <p><APUキャリアチェックシートの使い方> 1～8の「役立つ力」に目を通してください。それぞれの項目について、今のあなたは1～5のどの位置にいますか？【1(能力がない)<5(能力がある)】今のあなたに一番近いものに○をつけてみましょう。ひとつでも○が右につくように、一度チェックしたあとでも継続して自分の力を可視化していきましょう。</p> <p><How to use the APU Career Check Sheet> Please look over the "Useful Abilities" 1 through 8. Circle the answer which most closely describes your current level. Afterwards, think about what your strengths and weaknesses are and how you may grow and improve moving forward.</p>					
		点数【1(能力がない)<5(能力がある)】		目安となる指標の説明	
	役立つ力 Useful Abilities	インターンシップ前	インターンシップ後	能力や態度が良くなったと感じた出来事や理由	1～2 3 4～5
1	異文化理解能力 Capacity for intercultural understanding	1・2・3・4・5	1・2・3・4・5	自分の習慣や価値観とは異なる相手に対して、その違いに興味を持って接することができる。	普段から相手の習慣ややり方に注意を払い、意見や立場の違い、その背景を理解しようとする態度、行動が取れる。 普段から相手の習慣や行動の背景にある価値観を理解し、自分の意見や立場との違いを見出し、ディスカッションなどの場面において皆が納得する方向性を新たに示すことができる。
2	コミュニケーション能力 Communication ability	1・2・3・4・5	1・2・3・4・5	事実と根拠を分けて整理し、それに基づいて自分の考えを伝えることができる。相手の話を聞き、受け入れる姿勢がある。	事実と根拠を分けて整理し、それに基づいて自分の考えを伝えることができる。相手の関心や状況に合わせて、分かりやすく相手に伝えることができる。 事実と根拠を分けて整理し、それに基づいて自分の考えを客観的に整理し、論理的に伝えることができる。相手の関心や状況に合わせて対話、交渉し、相手を説得することができる。
3	語学力 (英語/日本語 いずれかの反対言語、 その他の言語) Language ability English/Japanese (the opposite language in either case) other languages	1・2・3・4・5	1・2・3・4・5	反対言語のリーディング、ライティング、スピーキング、リスニングの基礎ができています。反対言語で、日常生活程度のコミュニケーションが取れる。授業の到達目標に到達している。	ビジネスレベルで求められる反対言語が理解できており、活用した経験がある。英語・日本語・母語以外の言語を学習したことがある。授業の到達目標に到達している。 ビジネスのシーンで反対言語を具体的に活用できる。英語・日本語・母語以外の言語が使える。反対言語で必修科目以外に学習している。
4	チャレンジ精神 Challenging spirit	1・2・3・4・5	1・2・3・4・5	新しい取り組みに対して、興味を持って取り組むことができる。	組織の目標などを意識して、リスク等を考慮しながら新たなことに取り組むことができる。 組織の目標などを意識してリスクを的確に見極め、新たなことに取り組むながらその結果を評価し、次につなげることができる。
5	主体性 Independence	1・2・3・4・5	1・2・3・4・5	誰かのアドバイスや指示を受けながら、物事に取り組むことができる。	自分が主体的に行動することによって周りの人の主体性も高めることができる。 今までの状況を振り返り、仮説を立てながら主体的に行動し、周りの人の主体性も高めることができる。
6	課題発見力 Ability to discover issues	1・2・3・4・5	1・2・3・4・5	誰かのアドバイスを受け、情報を集めて整理して課題を見つけることができる。	思い込みや憶測を入れずに情報を整理し、課題と解決策を指摘し、提案することができる。 複雑な問題でも情報を客観的に把握し、課題と解決策を指摘・提案することができ、結果を評価し次につなげることができる。
7	チームワーク Teamwork	1・2・3・4・5	1・2・3・4・5	誰かの対応を参考にしながら、まわりの人に働きかけたり、協力する姿勢を示すことができる。	自分から進んで意見を述べ、目的に向かってチームで行動することができる。チーム内の自分の役割を認識できる。 まわりの状況を俯瞰しながら、お互いにより方向性を自分から新たに提示し、目的に向かってチームで行動することができる。
8	自己理解力 Ability to understand yourself	1・2・3・4・5	1・2・3・4・5	自分の強み・弱みをなんとなく理解している。外からの客観的評価を聞いて受け止めることができる。	自分の強み・弱みのある程度認識できているが、外からの客観的評価や、自分の立っている位置、今から伸ばしていくべき力については整理できていない。 自分の強み・弱みを認識できている。外からの客観的評価や、自分の立っている位置、今から伸ばしていくべき力が理解でき、行動に移すことができる。
	Total:	Total:			

*【注意】必ず黒ペンで直筆のこと。パソコンでの入力、鉛筆での記入不可。
[Note] Must be written in black ink. Must not be typed, or written in pencil.
キャリア・オフィス宛
Must be submitted to the Career Office before deadline.
※1社につき1枚提出すること。Please submit one document for each company.

提出期限：2019年10月4日(金)10:30キャリア・オフィス宛/
Deadline: October 4, 2019 (Fri.) by 10:30 to the Career Office

Office Seal
受付印