

平成 29 年 2 月 16 日

実践力養成型インターンシップ

学生向け振り返り会 開催報告書

徳島大学COCプラス推進本部事務局

平成 29 年 3 月 作成

平成 29 年 2 月 16 日（木）、徳島大学地域創生・国際交流会館 5 F フューチャーセンターにて、文部科学省 C O C プラス事業に採択されました、「とくしま元気印イノベーション人材育成プログラム」の一環として施行しております、実践力養成型インターンシップの『学生向け振り返り会』を開催いたしました。

▼イベント概要

1. 主旨・目的

現在、徳島大学 C O C プラス推進本部では、徳島県内大学生の県内就職率向上のため、学生が県内企業・地域と出会うきっかけ作りとして、“実践力養成型インターンシップ”を推進しています。

同年 6 月 2 日（木）に開催しました「実践力養成型インターンシップフェア」では、受入れ候補企業様からインターンシップ希望学生へのプレゼンテーションおよびマッチングを行い、現在、7 つの企業・団体で 35 名の学生がインターンシップに取り組んでいます。

本イベントは、H28 年度実践力養成型インターンシップに参加した学生を対象に、インターンを通して得られた学びや気づき、インターンに参加することの意義や効果について、参加者同士でグループワークを行いながら振り返り、今後社会に出るまでに備えておくべきことや、残りの学生生活でのアクションプランにつなげていくため機会とする。

2. 日時

平成 29 年 2 月 16 日（木）12：00～14：00

3. 場所

徳島大学地域創生・国際交流会館 5 階 フューチャーセンター

4. 発表者（発表順）

インターン先	参加 インターン生
NPO 法人マチトソラ	榎村 千晶 / 宮田 英和
有限会社檜山農園	藤井 悠司 / 向井 麻美 / 岡田 佳奈 清水 佑真 / 若木 宏樹 / 久島 春香
一般社団法人 徳島新聞社	片倉 悠暉 / 大住 歩 松田 春菜 / 末菅 悠人
徳島大学地域創生 センター 上勝学舎	久保 文乃 / 篠原 諒子 / 清水 杏咲
大塚テクノ株式会社	吉川 直弥
株式会社 QLiP	幡地 智彦 / 松田 悠希
株式会社あわわ	前川 壺成 / 森岩 晃平

5. 中間報告会 参加者数

カテゴリ	人数
インターン生	20 名
運営スタッフ	6 名
合計	26 名

6. 内容

プログラム	時間	担当者	内容
ワークショップⅠ	12 : 15 ～ 12 : 45	川崎 修	インターンシップ中のどのような経験が意識の変化に影響を及ぼしたのかを振り返る。
ワークショップⅡ	12 : 45 ～ 13 : 15	宮本	インターンシップ中の印象に残っている経験とそのときの自分の行動や精神面を振り返る。
全体共有	13 : 15 ～ 13 : 25	宮本	各グループのワーク内容を全体で共有する。
レビュー・まとめ	13 : 25 ～ 13 : 40	山中先生	山中先生より、学生のインターンに対する取り組みについてのレビュー。
学生感想	13 : 40 ～ 13 : 50	インターン生	インターンへの取り組みや山中先生のレビューを聞いての感想を全員から一言ずつ発表する。
アンケート記入	13 : 50 ～ 14 : 00	インターン生	アンケート記入

1. COC+事業説明

平成 27 年 11 月、文部科学省が募集した「地（知）の拠点大学による地方創生推進事業（COC+）」に徳島大学を申請大学として提案していた「とくしま元気印イノベーション人材育成プログラム」が採択されました。

<COC+事業とは>

COC+事業は、大学が地方公共団体や企業等と協働して、学生にとって魅力ある就職先を創出・開拓するとともに、その地域が求める人材を養成するために必要な教育カリキュラムの改革を断行する大学の取組を支援することで、地方創生の中心となる「ひと」の地方への集積を目的としています。

<とくしま元気印イノベーション人材育成プログラムとは>

人口減少、若年層人口の流出、厳しい財政状況などの徳島の課題に対し、徳島で特に雇用創出と就職率向上が期待される 4 分野（次世代技術関連分野、地域医療・福祉関連分野、6 次産業化関連分野、地域づくり・観光・ICT 関連分野）を中心に県内 35 機関が協働体を組織し、取り組みます。

取り組みとしては、徳島大学教育カリキュラム改革、協働事業、雇用創出に向けた事業の 3 本柱を掲げており、これらの取り組みを通し、4 つの能力 2 つの確信（下記図参照）を身につけた人材を育成し、県内就職率の向上を目指します。

<徳島大学教育カリキュラム改革—寺子屋式インターンシップ>

徳島大学教育カリキュラム改革の 1 つとして、寺子屋式インターンシップの開発を行います。寺子屋式インターンシップとは、企業側にはメンターを、大学側にはドンを配置し、相互が密に連絡を取り合いながら事前学習と事後の振り返りを強化した少人数制の実践型インターンシップをします。



2. 実践力養成型インターンシップとは

本年度、徳島大学では、寺子屋式インターンシップの開発に向けたプロトタイプづくりとして、実践力養成型インターンシップを試行いたします。

＜実践力養成型インターンシップの種類＞

実践力養成型インターンシップには、下記 5 つのスタイルが挙げられます。（図 1）

今回は、“業務補助型”、“課題協働型”、“事業参画型”の 3 スタイルにて、インターンシッププロジェクトの組成を行いました。プロジェクトの組成においては、企業・団体側が学生を「お客様」としてではなく、共に課題解決に取り組む「期間限定の社員」として捉えた上で、**①企業・団体が抱える課題を解決するためのプロジェクトを組むこと、②企業・団体が描くビジョンを達成するために挑戦したいプロジェクトを組むこと**、を基軸としています。

また、このプロジェクトはインターンシップ受入企業・団体とCOCプラス推進本部が連携しながら、プロジェクト組成ならびにインターンシップ実施から終了後のフォロー、学生支援を行います。（図 2）

	特徴	学生の教育効果	企業のメリット
仕事理解型	1〜2週間程度の職場・業務体験が中心。最後にレポートやプレゼンによる報告を実施することが多い。	自己の適性・志向の理解	企業・業界広報
採用直結型	実際に一緒に働いてみてお互いを見極める採用活動の一環。外資系企業や大手ベンチャー企業などで実施。	働くこと・業界の理解	採用マッチング
業務補助型	普通のアルバイトでは経験できないような企業の業務に取り組む。期間は1か月以上の長期が多い。	社会人基礎力	若者を活用した業務の推進
課題協働型	会社と大学を行ったり来たりして課題発見や企画立案に取り組む。グループワーク形式が多い。	社会人基礎力＋学びの実践	若者の発想の活用・社内活性化など
事業参画型	企業の新規事業や変革プロジェクトの一員として業務に取り組む。期間は1か月から長いものと半年間の長期が多い。	社会人基礎力＋リーダーシップ	若者を活用した新規事業などの推進

図 1：実践力養成型インターンシップのスタイル

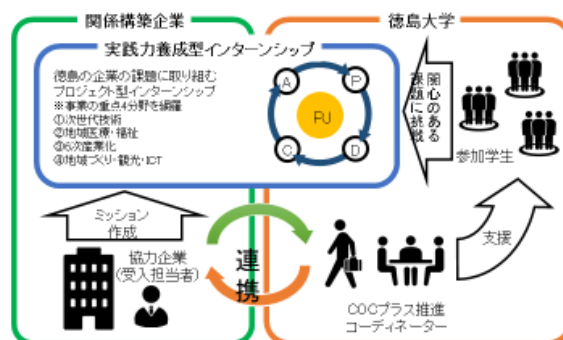


図2：実践力養成型インターンシップのフロー

＜実践力養成型インターンシップの効果（企業側）＞

- ① 学生、大学および社会に存在とCSR実施をアピールでき、企業イメージの向上につながる。
- ② 人材確保の面でも効果が期待できる。（採用直結型インターンシップ）
- ③ 大学との連携が深まり、産学連携の機会が生まれる。
- ④ 社員が学生に教えることで、日常業務を整理・体系化することができる。
- ⑤ 学生の斬新なアイデアが社員を刺激し、職場の活性化につながる。

＜実践力養成型インターンシップの効果（学生側）＞

- ① 組織や仕事のやり方を学び、自己の適正や職業選択について考える契機が生まれる。
- ② 職場や社会のルールを知ることによって、就職後の適応能力を高めることができる。
- ③ 実際の現場に触れることで自分の欠けていることを自覚し、学習（大学生活）へのモチベーションが高まる。
- ④ 年齢の異なる人々と交流することによって、世代間コミュニケーションを学べる。

<H28 年度 実践力養成型インターンシップ 年間スケジュール>

時期	項 目
4 月	企業訪問・P J 組成 COC+スタッフが企業様を訪問し、プロジェクトの組成を行う
5 月	
6 月	インターンシップフェア開催（6 月 2 日） 企業・団体様より学生に向けてプロジェクトのプレゼンを行うフェアを開催。 プレゼン企業 8 社 / 参加学生数 69 名 マッチング 企業様とエントリー学生が面談を行い、マッチングを行う。
7 月	事前研修 インターン生に対し、COC+スタッフが P J 毎に事前研修を実施。
8 月	インターンシップ開始 P J 毎に随時インターン開始 受入先企業・団体数 7 社 / インターン参加学生数 35 名 企業訪問 インターンシップスタートアップの企業訪問
9 月	第 1 回リーダーMT実施（9 月 13 日） 各プロジェクトのリーダーを集めた会議を実施。 リーダーの役割やインターンシップの今後の流れについて協議を行う。 インターン生メンタリング インターンシップに取り組む中で困っていること・不安なことなどをヒアリングし、メンタリングを実施。
10 月	第 2 回リーダーMT実施（10 月 13 日/17 日） 各プロジェクトのリーダーを集めた会議を実施。 中間報告会についての情報伝達を行う。 中間報告会開催（10 月 26 日） プロジェクトの進捗報告、気づきの共有のため、中間報告会を開催。 ①各プロジェクトチームからの報告 ②他プロジェクトのインターン生/受入先との意見交流ワークショップ 参加者数 44 名 企業訪問 中間報告会前の企業訪問 ・中間報告会についての説明 ・プロジェクトの進捗確認 ・学生の取り組み姿勢 等
11 月	インターン生 P J 毎メンタリング インターンシップに取り組む中で困っていること・不安なことのヒアリング、インターンシップを終えた P J は振り返りの促しを行う。
12 月	第 3 回リーダーMT実施（12 月 19 日） 各プロジェクトのリーダーを集めた会議を実施。 最終報告会についての情報伝達を行う。 企業訪問 最終報告会前の企業訪問 ・最終報告会についての説明 ・プロジェクトの進捗確認 等
1 月	最終報告会に向けたフォローアップ 最終報告会に向けての資料作成アドバイス、プレゼン練習などを実施。 最終報告会（1 月 21 日） プロジェクトの成果報告を行う最終報告会を開催。参加者数 141 名
2 月	学生向けインターンシップ振り返り会（2 月 16 日） インターンシップに参加しての学びを深めるための振り返り会を実施。
3 月	受入先向けインターンシップ振り返り会（3 月 10 日） 今回のインターンシップの知見の共有と今後のインターンシップの事業の在り方について協議を行う。

3. ワークショップⅠ ～意識の変化のきっかけを考える～ （参考資料①）

インターン生には、インターンシップの開始時と終了時に「働き方や暮らし方に関する意識」や、「地域で活躍するための能力についての自己評価」を調査するためのアンケートに回答してもらった。今回のワークショップでは、各々のアンケートの回答を参考にしながら、インターンシップ中のどのような経験が、働き方・暮らし方に対する意識や自分に対する評価に影響したかを振り返る。振り返りをもとに、どのような経験が意識の変化に影響を与えるきっかけとなるのかを考えてみる。

ワーク① 働き方・暮らし方に関する意識の変化への影響を考える

働き方や暮らし方に対する意識を調査するため、下記の 18 項目の質問を用意した。インターン生には、同じ質問項目に対し、インターンの前後で「強くそう思う」から「全くそう思わない」の 5 段階で回答してもらった。自分の回答を見直し、インターン前後で意識がどのように変化したのか、また、それぞれの意識の変化にどのような経験が影響したかの考察を行うワークショップを行った。（参考資料①-2 参照）

<働き方・暮らし方に関するアンケート項目>

1	将来の働き方について具体的なイメージを持っている
2	将来の暮らし方について具体的なイメージを持っている
3	グローバルに活躍できる仕事に取り組みたい
4	地域社会の課題解決や生活の質の向上に取り組みたい
5	大学で学んだ専門性を活かせる仕事に取り組みたい
6	大都市圏の企業で働きたい
7	徳島県内の企業で働きたい
8	出身地の企業で働きたい
9	大都市圏外の地方の企業で働きたい
10	大都市圏の就職を考えているが、いずれは徳島県で暮らしたい
11	大都市圏の就職を考えているが、いずれは出身地で暮らしたい
12	大都市圏の就職を考えているが、いずれは大都市圏外の地方で暮らしたい
13	起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みたい
14	徳島県で、起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みたい
15	出身地で、起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みたい
16	大都市圏外の地方で、起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みたい
17	交通機関や買い物の便の良い、都心の地域で働きたい
18	農村、漁村、中山間地域等、自然が多い都市から離れた地域で働いてみたい

<働き方・暮らし方に関する学生の回答>

各項目についてインターン生の意識の変化をいくつか紹介する。

no	アンケートの回答結果	事前	事後	変化	変化の理由や経験
1	将来の働き方について具体的なイメージを持っている	2	5	3	インターンシップを通して、何事もその仕事を知るということは重要であると思ったので、企業で学んでから、自分で何かを創り上げていきたいと思うようになった。
2	将来の暮らし方について具体的なイメージを持っている	3	4	1	漠然と「将来は何か仕事をしているんだろうなー」と思っていたが、インターンに参加し具体的な仕事内容に触れることで「仕事をしている状態」がイメージしやすくなった。
3	グローバルに活躍できる仕事に取り組みたい	2	4	2	地域に密着し、県外にすら出ないと思っていた職業（農業）の人、海外で活躍していると知ったから。
4	地域社会の課題解決や生活の質の向上に取り組みたい	2	4	2	榎山農園では耕作放棄地の問題などの課題解決に取り組んでおり、それに興味をもったから。
5	大学で学んだ専門性を活かせる仕事に取り組みたい	4	3	-1	就職時の専門能力よりもコミュニケーション力ややる気の方が大事であると人事の方や現場の方からの声を聞いた。また企業での仕事の内容は様々であり、自分の専門分野だけの仕事をする訳ではないと気づいた。
6	大都市圏の企業で働きたい	2	3	1	徳島だけでなく、自分がどこまで社会に通用する人間なのか知りたいと思った。視野を広げたいと思ったから。
7	徳島県内の企業で働きたい	3	5	2	自分は県外出身で、以前は地元に戻って働きたいと思っていたが、今は地元から出て自分を成長させたいと思う。
9	大都市圏外の地方の企業で働きたい	3	4	1	大都市ではなくとも、人にもまれ成長することができる。いい出会いがあると分かり、地方の方が魅力的になった。
10	大都市圏の就職を考えているが、いずれは徳島県で暮らしたい	4	1	-3	大都市圏にこだわる理由が、仕事ではなく都会への漠然とした憧れであったと気づいた。
11	大都市圏の就職を考えているが、いずれは出身地で暮らしたい	4	5	1	農業についての取り組み方や想いを聞いて、実家の農業を受け継ぐことの大切さを知り、また、大都市圏で就職してたくさんスキルを身につけ、そのスキルを活かした農業ができるのではないかと感じた。
13	起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みたい	2	3	1	インターンで新しい考えを生み出す大変さと喜びを知ったから。
14	徳島県で、起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みたい	3	4	1	徳島をより好きになり、何かしたいと思うようになった。
15	出身地で、起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みたい	3	2	-1	インターンに参加して、まだ自分のスキルが新しいことを生み出すことまでは至っていないことを知ったから。
17	交通機関や買い物の便の良い、都心の地域で働きたい	4	5	1	インターン先に出向くにも、汽車の時間やそこから現地まで送ってもらうよう相談するなど、交通の便の悪さを感じたから。

ワーク② 自己評価への影響を考える

「地域で活躍するための能力についての自己評価」への影響を、下記 6 つの項目（10 段階評価）でまとめた。インターン生には、自分の回答を見直し、インターン前後で自己評価がどのように変化したのか、また、それぞれの変化にどのような経験が影響したかの考察を行うワークショップを行った。（参考資料①-3 参照）

<地域で活躍するための能力についての自己評価に関する項目>

1	徳島の特徴や、魅力を知り、愛着を持てる
2	専門分野、得意分野、関心分野と将来の仕事をつなげてイメージできる
3	自分の将来の働き方を具体的にイメージできる
4	積極的に社会の課題解決に取り組む意欲が持てる
5	徳島の仕事や産業の将来性をイメージできる
6	徳島の文化や暮らしの将来性をイメージできる

<地域で活躍するための能力についての自己評価に関する学生の回答>

インターン生の自己評価の変化をいくつか紹介する。

no	アンケートの回答結果	事前	事後	変化	インターンシップを振り返り、回答結果の変化に関係するような経験があれば、記述しましょう。
1	徳島の特徴や、魅力を知り、愛着を持てる	5	8	3	実際に榎山さんの働き方や仕事に対する想いを見たり聞いたりすることで、農業の素晴らしさや可能性を感じることができた。
3	自分の将来の働き方を具体的にイメージできる	7	8	1	インターン先で実際に社員と同じような動きをすることで、自分が働く中で大事にしたい条件やこだわりがわかった。
4	積極的に社会の課題解決に取り組む意欲が持てる	6	4	-2	自己のスキルが社会課題解決に取り組むまでに足りていないと気づいたので、まずはそこまで自己を成長させたい。



■ワークショップの様子



■グループ内で共有

ワーク③ どのような経験が変化をもたらしたのか

ワーク①およびワーク②のような意識の変化はどのような経験がもたらしたものなのかをグループで話し合い、全体共有を行った。主に下記 3 点にまとめられた。

1) 人との出会い

インターン生（仲間）や、働く人々（受入担当者・受入先の社員）、価値観が違う人、仕事の顧客など、新たな人々との出会いから刺激をもらい、意識が変化する。

2) 挑戦する場・機会

興味のないことや自分のやったことがないことに挑戦するときに変化がある。

3) チームでミッションに取り組む

チームでミッションを解決するという経験を通して意識が変化する。

またミッション失敗に終わっても、何も残せなかったという悔しさからの意識の変化がある。

4. ワークショップⅡ ～印象に残る経験とそのときの行動・精神～

＜ワークの狙い＞

インターンシップ中のどのような経験や出来事が印象に残っており、その時自分はどのような行動をとったのか、また、どのような気持ちで臨んでいたのかを振り返る。その上でグループメンバーから、「そのときの自分に対するアドバイス」をもらうことで、解釈の幅や捉え方の広がりを生むとともに、横並びの承認・共感性が得られることを狙いとしている。

＜ワークのステップ＞

STEP1. インターン生各々がワークシートにモチベーショングラフを記入する。（参考資料②-1 を参照）

STEP2. インターン期間中、印象深かった期間を 3 つまで選び、その時何があったのかをワークシートに書きこむ。

（参考資料②-2 を参照）

STEP3. STEP2 で選んだ期間での経験や出来事について、そのときどういう行動をとっていたか、また、そのときどういう気持ちで臨んでいたかを記入する。（参考資料②-3 を参照）

STEP4. グループで共有し、メンバーから、「その状態のときの自分」に対してアドバイスをもらう。

※他のメンバーの発表を聞いた後は、発表者に対してアドバイスをする。（参考資料②-3 を参照）

＜印象深い経験に対する振り返りとメンバーからのアドバイス＞（学生ワークシートより一部抜粋）

経験・出来事		振り返り	メンバーからのアドバイス
【モチベーション底辺期】 グループでの話し合いのとき、専門的な知識をもつ人の話に流されて、なかなか意見が出せなかった。	行動	自分の意見が言えず、話し合いでも黙ったままであった。	他人の意見の方が正しいと思ってしまうのは自分に知識がないからであり、自分で知識を学ぼうとすることが大切！ 知らないことや疑問に思ったことは質問して知識を増やしていこう！ ↓アドバイスに対して・・・ 議事録担当に任命されてモチベーションが上がったのは、文書作成のときに専門用語などを調べるなどして自分の知識が増えたことが原因であることが分かった。自分では出せなかった答えが見出せてよかった！
	気持ち	自分の考えはあるけど、他人の考えの方が正しいのではないかというもやもや感があった。 性格的にも自発的に動けない自分に対してふがいないう気持ちがあった。	
【モチベーション底辺期】 リサーチをする意味が分からずやる気がおきなかった。	行動	新しく始めたバイトや部活等が忙しく、ギリギリになって適当に仕上げた。	事前研修でも言われたが、「何の為にこれをするのか」という目的をしっかりと受入先に確認するべきだったのでは？ 目的がわかればどのような情報が必要かもわかり、作業が進んだのではないかな。 調べる時間は絶対あったはず。 バイトも部活もインターンも自分でやると決めたのであれば、最後まで妥協せずやりきろう！
	気持ち	特に調べても出てこないし、これでいっか！という気持ちだった。 他が忙しいことを言い訳にしていた。	

どのような経験がモチベーションを下げるのか、今年度のインターン生の傾向をまとめると主に下記 5 点にまとめられた。

- ① 目的を見失い、どうして良いかわからない状態になったとき
- ② 考え方や作成物に対して大人からダメだしされたり、今までやってきたことがひっくり返ったとき
- ③ 受入先担当者との関わりが薄いとき
- ④ メンバー間でのコミュニケーションがうまくとれなくなったとき
- ⑤ 授業やアルバイトが忙しいとき

対して、モチベーションが上がる経験としては、主に下記 3 点にまとめられた。

- ① 目的が明確になったとき
- ② 自分の果たすべき役割・すべきことが分かったとき
- ③ メンバーや受入先担当者としてしっかり向き合い話ができるとき

参加した学生からは下記のような意見が寄せられた。インターンを振り返り、他者からのアドバイスをもらうことで、新しい視点の獲得や、反省から「学び」への昇華へとつながったと共に、同じような経験をした仲間がいるということに対する共感と相互の取り組みに対する承認が得られた。

<インターン生 感想・コメント>（一部抜粋）

- ・ インターンの活動が終わり、活動を振り返ることでこのインターンで得られたものは何なのかということを明確にすることができた。また、今まで話すことのなかったインターン先のメンバーの方と話し、アドバイスを頂き、自分のインターンの学びをより深めることができた。（榎山農園 インターン生）
- ・ 自分のインターンでの学びはある程度認識していたが、今回の振り返り会で違うインターン先の人たちと話し合う機会を持てたことで、他の人の学びも自分の学びとして吸収できた事柄がたくさんあり、各個人個人の学びが全体の学びとなったので、非常に有意義な振り返り会だった。自分達のチームでは人間関係は良好であったが、人数の多いチームで壁にぶちあたった際に自分がどのような行動をとっていくかが大事だと気づいた。（大塚テクノ インターン生）
- ・ 今まで感じていた「インターンを通して得られたもの」を改めて認識しただけでなく、インターンの“反省点”がいつのまにか“得られたもの”に変わっていたことに気づくことができた。（マチトソラ インターン生）
- ・ 山中先生の話で、“時間がないことの発見”という話が印象的だった。確かに自分のチームのプロジェクトも時間にひたすら追われていた。これはあまりよくないことだと思っていたが、これは良い経験なのだと考え方を考えることができた。また、時間がない中でプロジェクトを達成させるには、人を頼ること、チームでプロジェクトを達成させる、という意識が必要不可欠なのだった。（上勝学舎 インターン生）
- ・ 自分では、苦労した、大変だったという「頑張ったんだ」という主観的になっていたインターンの経験を、グラフであったり気持ちの変化であったりとしてスロットを当てて振り返ることで客観的にこのインターンがどうだったのかということを考えることができた。また、違う会社、プロジェクトでも根本的な部分で大変だった事というのはどこも同じだったのだということを知れてよかった。（榎山農園 インターン生）

5. 山中先生レビュー

COCプラス推進本部推進監の山中英生先生より、レビューをいただいた。

山中先生からは、学生がインターンシップを通して得られた「3つの発見」についてお話をいただいた。

①“人だらけ”の発見

社会は様々な世代の異なる属性をもつ人々で構成されている。大学の中に置いては、教員（タテ）や同級生（ヨコ）といった限られた種類の人たちとしか接点を持つことができないが、インターンシップに参加したことで、社会人から子供、お年寄りまで、様々な種類の人々（ナナメ）と接することができたであろう。

②“お客”の発見

どんな仕事にもかならず“お客”というものがいる。『何のために、誰のためにその事業を行っているのか』ということは、日々の仕事や業務に追われる中で忘れがちな部分であり、学生生活の中ではなかなか気づけない部分である。

今回のインターンに参加した学生たちは、各々がその部分に気づき、そこをしっかりと見つめながら進められていたことが素晴らしいかった。

③“時間が足りないこと”の発見

時間が足りない中でどうするか、という部分で、インターン生らは追い詰められたことだろう。しかし社会に出れば、常に時間が足りない状態である。時間が足りない中で何が何でもプロジェクトを達成させなければならない場面も多くあるだろう。しかし大事なのは、そこで「自分も潰れないようにする」こと、つまりはセルフマネジメントをしっかり行うことである。

上記 3 つに加え、徳島県での就職を検討している学生にとっては、徳島の企業とのネットワークを持てたことは、他の学生よりも 1 歩リードしているということになる。ぜひこれらのつながりや発見を活かして今後の学生生活を送ってほしい。社会に出た時必ず役に立つ経験になるだろう、とインターン生にメッセージを送った。

氏名：●●●●

インターンシップを通じた 意識の変化のきっかけを考える ワークショップ

このワークショップでは、インターンシップの前後に実施したアンケートの回答を参考にしながら、インターンシップの中のどのような経験が、意識や自分に対する評価に影響したかを振り返ってもらいます。

氏名：●●●●●

ワーク①：働き方暮らし方に関する意識への影響を考える

下記の表は、インターンシップの前後に実施した、「働き方暮らし方に関する意識」についてのアンケートにおける、皆さんの回答（5段階評価）の変化です。数値を参考にしながら、インターンシップの経験を振り返り、それぞれの意識にどのような経験が影響したか考えてみましょう。

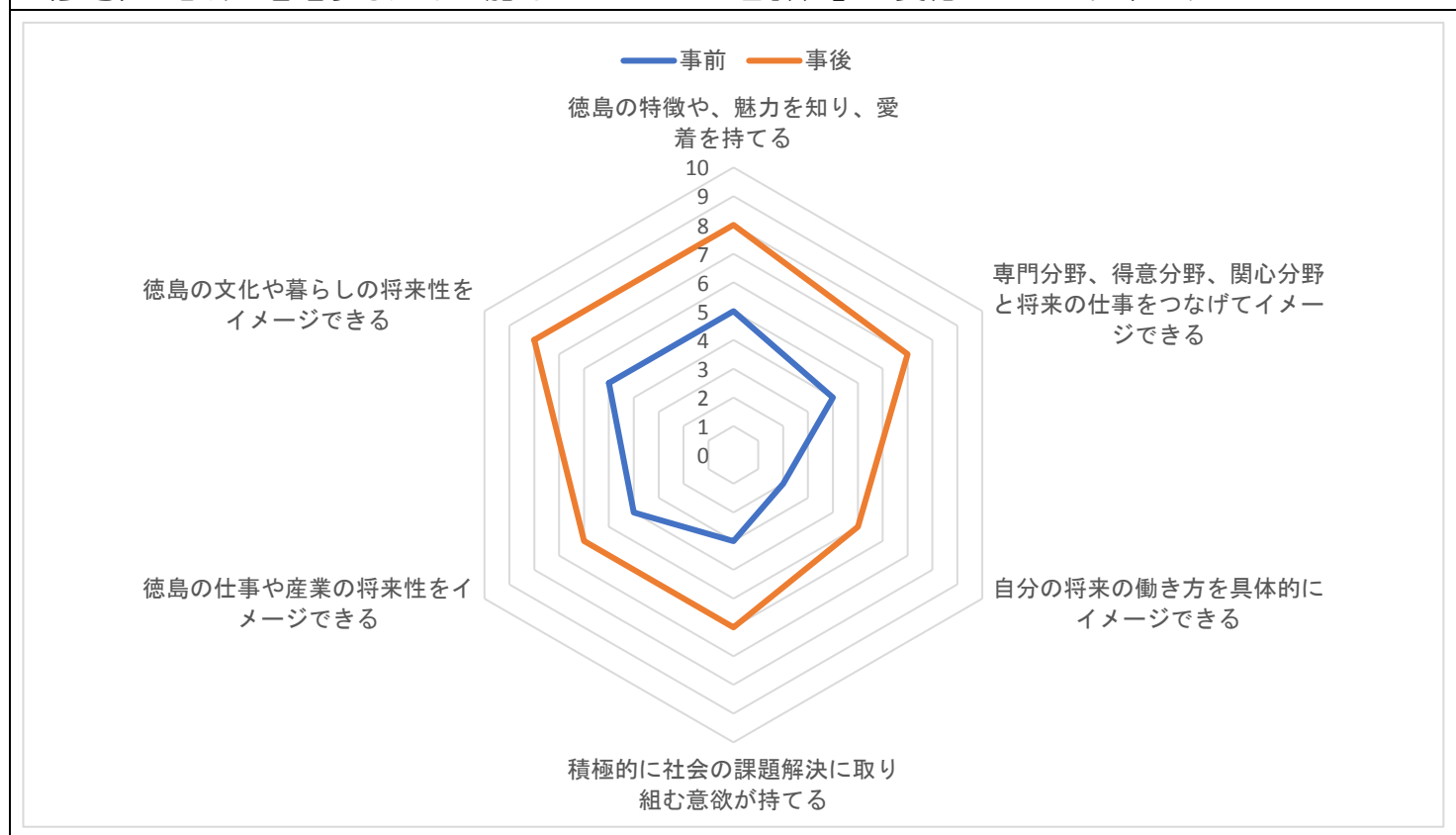
no	アンケートの回答結果	事前	事後	変化	インターンシップを振り返り、回答結果の変化に関係するような経験があれば、記述しましょう。
1	将来の働き方について具体的なイメージを持っている	4	4	0	
2	将来の暮らし方について具体的なイメージを持っている	5	4	-1	
3	グローバルに活躍できる仕事に取り組みたい	3	3	0	
4	地域社会の課題解決や生活の質の向上に取り組みたい	4	4	0	
5	大学で学んだ専門性を活かせる仕事に取り組みたい	4	5	1	
6	大都市圏の企業で働きたい	2	3	1	
7	徳島県内の企業で働きたい	4	5	1	
8	出身地の企業で働きたい	4	5	1	
9	大都市圏外の地方の企業で働きたい	2	3	1	
10	大都市圏の就職を考えているが、いずれは徳島県で暮らしたい	2	4	2	
11	大都市圏の就職を考えているが、いずれは出身地で暮らしたい	2	4	2	
12	大都市圏の就職を考えているが、いずれは大都市圏外の地方で暮らしたい	2	2	0	
13	起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みきたい	4	4	0	
14	徳島県で、起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みきたい	4	4	0	
15	出身地で、起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みきたい	4	4	0	
16	大都市圏外の地方で、起業など新しい仕事を生み出すことに取り組みきたい	4	3	-1	
17	交通機関や買い物の便の良い、都心の地域で働きたい	2	3	1	
18	農村、漁村、中山間地域等、自然が多い都市から離れた地域で働いてみたい	1	4	3	

氏名：●●●●

ワーク②：地域で活躍するための能力についての自己評価への影響を考える

下記の表は、インターンシップの事前と事後に実施した、「地域で活躍するための能力についての自己評価」についてのアンケートにおける、皆さんの回答（10段階評価）の変化です。数値の変化を参考に、インターンシップの経験を振り返り、それぞれの評価にどのような経験が影響したか考えてみましょう。

no	アンケートの回答結果	事前	事後	変化	インターンシップを振り返り、回答結果の変化に関係するような経験があれば、記述しましょう。
1	徳島の特徴や、魅力を知り、愛着を持てる	5	8	3	
2	専門分野、得意分野、関心分野と将来の仕事をつなげてイメージできる	4	7	3	
3	自分の将来の働き方を具体的にイメージできる	2	5	3	
4	積極的に社会の課題解決に取り組む意欲が持てる	3	6	3	
5	徳島の仕事や産業の将来性をイメージできる	4	6	2	
6	徳島の文化や暮らしの将来性をイメージできる	5	8	3	

（参考）「地域で活躍するための能力についての自己評価」の変化レーダーチャート**ワーク③：意識の変化につながる経験を共有する**

ワーク①、ワーク②の結果を参考にしながら、どのような経験が意識や自分に対する評価の変化につながるか、グループで考え、配布してある A3 の用紙にまとめましょう。1 枚の用紙には 1 つの内容で簡潔に記述しましょう。

最終報告会の際のスライド、インターンシップ簡易スケジュール表を見ながら、インターンシップを振り返ろう！

STEP1. インターンシップ期間中のモチベーショングラフを記入してみよう！

STEP 2. 期間中、あなたにとって印象深かった期間を3つまで選び、その時何があったのか、グラフシートに書き込もう！

※インターンシップ以外の要因でも構いません。（例：授業が始まった、バイトが忙しくなった、など）

ワーク④

徳島新聞社

[illegible]

最終報告会の際のスライド、インターンシップ簡易スケジュール表を見ながら、インターンシップを振り返ろう！

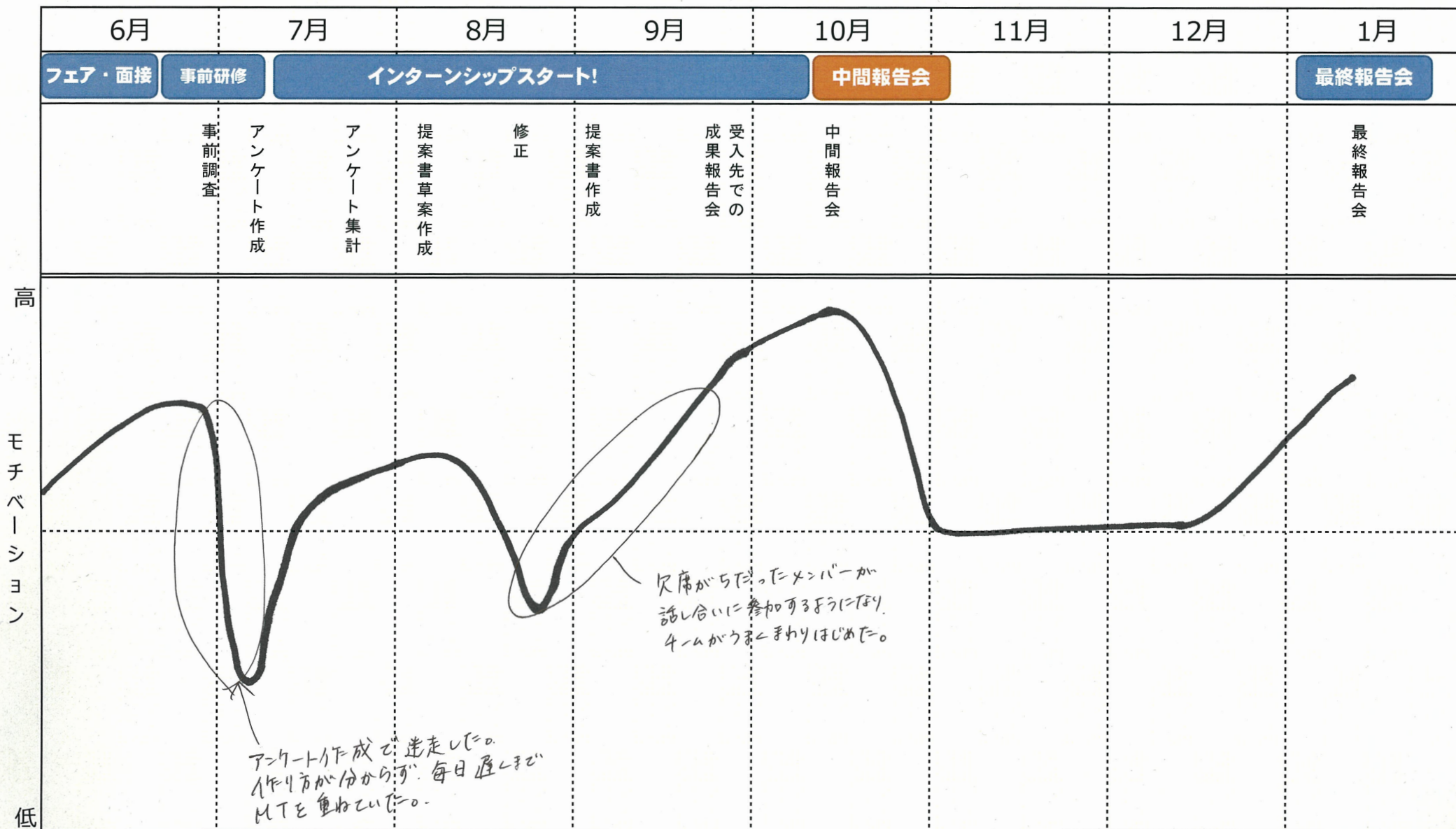
STEP 1. インターンシップ期間中のモチベーショングラフを記入してみよう！

STEP 2. 期間中、あなたにとって印象深かった期間を3つまで選び、その時何があったのか、グラフシートに書き込もう！

※インターンシップ以外の要因でも構いません。（例：授業が始まった、バイトが忙しくなった、など）

ワーク④

サンプル



ワーク⑤

STEP3. 選んだ3つの期間について振り返ってみよう。（正直な気持ちでOK★）

- 1) その状態のとき、あなたはどのような行動をとっていましたか？
- 2) その状態のとき、あなたはどのような気持ちでしたか？

STEP4. グループで共有しよう！

グループメンバーから、「その状態のときの自分」に対してアドバイスをもらってください。

逆に他のメンバーの発表を聞いた後は、発表者に対してアドバイスしてあげてください。

		振り返り記入欄	アドバイス・コメント欄
①	行動		
	気持ち		
②	行動		
	気持ち		
③	行動		
	気持ち		