

現場経験豊かな講師による 学生ファーストの キャリア教育と キャリアカウンセリング

 **リベラキャリア** サービスのご案内



尾形 比呂和 (おがた ひろかず)

キャリアコンサルタント 産業カウンセラー

【経歴】

従業員数約900名の独立系IT企業にて組込(家電類)評価・開発エンジニアとして7年従事。その後、同社にて人事として8年間、新入社員・階層別・コンプライアンス研修に加え、インターンシップ、メンタルヘルスの制度設計、新卒社員の採用活動まで幅広く担当する。

新入社員の定期面談と研修講師への1on1、社内相談室の設置と実施、外部相談機関の選定、ストレスチェックの社内制度設計と運用、高ストレス者対応で心理カウンセラーとの調整など制度設計を担当。相談担当としても8年従事する。

2021年5月に同社退職後、キャリアコンサルタントとして職業訓練校で相談対応を担当するほか、個別に申し込みのある1on1サービスを開始。20代の就職転職の悩みから、50代以降のセカンドキャリアの悩みまで幅広く受ける。

大学、高等学校にてキャリアデザイン講座も開催。受講生から「自分の意見が自由に言える授業」「今後の生き方を考えてこれから授業を受けていきたいと思った」など学生の自律につながる感想が多い。

【職歴】

2005年1月
ソフトウェアメーカー入社 営業部カスタマーサポート配属

2006年3月
SES・独立系IT企業入社 システム開発部配属 組込系QA・開発(C++、C#)担当

2013年3月
同社 人事部配属 研修・LMS・インターンシップ・コンプライアンス・ストレスチェックを制度設計から開催まで担当、新卒採用業務担当

2021年6月
退社し、個人にて研修講師、新卒採用業務支援、人事制度設計の受託、キャリアコンサルタント、学生のキャリア支援として活動。

2022年1月にキャリアカウンセラーと研修・講師として「リベラキャリア」開業。

【資格】

<国家資格>

- ・キャリアコンサルタント
- ・応用情報技術者
- ・基本情報技術者
- ・衛生管理者2種
- ・FP技能士3級

<民間資格>

- ・産業カウンセラー
- ・メンタルヘルスマネジメント2.3種
- ・プロティアンキャリア
- ・日本プロフェッショナル講師協会認定講師
- ・Microsoft Office Specialist (Word, Excel, PowerPoint, Outlook)

学生の想いを大切に…

前向きにキャリアを考えられるよう「今」に寄り添います

● 企業で採用、教育、相談窓口を8年間行った経験を活かしたキャリアコンサルティング

学校の生き生きと学んでほしい、就職活動に臨んでほしい、という想い、学生の楽しく学校生活を送りたいという想い、どちらも大切な「想い」です。しかし、学生はそれぞれになりたい状態があり、刻一刻とその価値観も変化します。学校の環境がそのときどきで、学生にとってポジティブに働くとは限りません。プライベートの悩みもあります。そのギャップを、面談対象者ひとりひとりの想いに耳を傾けて、なりたい状態になるために、学生が「今」について前向きな想いをもってかかわり成長していけるよう、就職を考える中では必要な情報を自ら集めながら将来にむけて動けるよう、キャリアコンサルティングに臨みます。また、学校側へのフィードバックが必要な事例については、対象者に関する情報の取り扱いについて気を付けるのはもちろんのこと、学校ごとの文化に配慮しつつ、適切に対応させていただきます。

● 2013～2022年現在までのカウンセリング実績(すべて1回1時間)

- ・2013～2021年5月まで毎年、企業内で新入社員(約40名)と新入社員研修講師(約10名)へ3回のカウンセリング実施
- ・同一期間に同企業で、個別相談(年に約10名)への1on1カウンセリング
計: $((40+10) \times 3回 + 10) \times 7年 = 約1120回 \rightarrow 計1120時間$
- ・2021年6月から個人で、職業訓練校、個別の依頼を受け、20代～60代の社会人、約100回(計100時間)の面談
- ・ライフワークとして2021年9月からキャリアコンサルタント(受験生含む)向け学習グループを運営、現在170名在籍

● これまでの面談形式

- ・オンライン、オフライン両方で実績あり
- ・オリジナルの面談シートにて面談内容を3年間保管。職業訓練校ではジョブカードに記入後、面談対象者へ返却 等



学校と学生、双方の想いを大切に…

学生が自律して将来を選択し進める学習

● 企業で制度設計～実施まで教育担当を8年間行った実績ある研修とコーチングスキル

学校の成長してほしいという想い、学生の成長したいという想い、どちらも大切な「想い」です。しかし、学生はそれぞれになりたい状態、大切にしたい時間があり、学校の教育姿勢が全員にとって前向きになれるとは限りません。その場の空気、学生ひとりひとりの「授業を受ける将来へのメリット」「この授業に興味を持った想い」に寄り添いながら、演習やワークで自ら参加する形式を重視した授業づくりをしています。実施しながら「大学生活でどう活かすか」「授業内容を活かしたらどんな将来が待っているのか」思い描いて頂きながら、その場限りの満足感で終わらない授業を行います。すでに学校でプログラムを持っている場合でも、プログラムの目標をご担当者様との打合せで的確に把握し、プログラムの良さを最大限に発揮できるように臨みます。



● 2013～2022年現在までの研修・授業実績

・制度設計～講師として実施

2013～2021年5月まで毎年、企業内で新入社員研修(40～60名)。期間5日間

・同一期間に同企業で、コンプライアンス・ハラスメント・SNSなど事例から学ぶ最新情報セキュリティ研修(900名)、1時間

・同一期間に同企業で、組込・Web・アプリ開発インターンシップ(学生30名)、期間3～5日間

・2021年6月から個人で、新入社員研修・DX推進・オンラインコミュニケーション・キャリアデザイン・ビジネスマナー・オンラインマナー・ITリテラシーなど実施。

対象: 製鉄メーカー、IT、ゼネコン、生命保険、民間法人、NPO、商工会議所、職業訓練校、私立大学理学部、高等学校 等

● これまでの開催形式

・オンライン、オフライン両方で実績あり。オンラインでは最大約300名×3回のZoomウェビナーで研修実施

学生向け講座 例



時間、回数は目安です。学校のルール、ご要望に応じてカスタマイズします。
回数が2回のものを7回にする、回数が3回を1回にするなど、どのようなことでも、ご相談ください。

| No. | 講座名 | 時間 | 学習内容 |
|-----|----------------------|---------|--|
| 1 | キャリアデザイン | 1.5H×7回 | 自己理解～期待する将来へのキャリアパス設計 |
| 2 | クリティカルシンキング | 1.5H×3回 | 能動的に検討決定する思考方法 |
| 3 | ロジカルライティング | 1.5H×3回 | 相手に伝わりやすい論理的な文章作成力 |
| 4 | マインドフルネス | 1.5H×5回 | レジリエンス・ストレス軽減の技術 |
| 5 | 乱読のススメ | 1.5H×2回 | 視野を広げ越境学習を可能にする読書術 |
| 6 | 大学の講座を「なりたい自分」に活かす方法 | 1.5H×2回 | 単位取得を目的としない、キャリアオーナーシップを意識した科目選択力 |
| 7 | I T 業界理解セミナー | 1.5H×1回 | 業界、職種、仕事内容、就職対象上の要注意点 |
| 8 | 就職活動に使える I T リテラシー | 1.5H×1回 | 最低限知っておきたい I T 知識と、使っていないことさえリスクになりうる SNS について理解を深める |

時間：1.5H×7回 対象学年：1・2年生

対象とした課題

- 学生の中には明確な将来像を持たずに入学し、カリキュラムを取る中で単位取得本位になりがちな学生がいる
- 大学、短期大学という社会人予備軍と言える世界の広がりの中で、中学・高校での受動的な学習に慣れ、自律して行動ができないまま就職活動を迎える学生がいる

得られる成果

- 学生が意識的に、なりたい自分を目指すためにどんなカリキュラムを取れば良いのかわかり、結果として能動的な学習を行えるようになる
- なりたい自分になるために、学生生活のみならず、部活、アルバイトをふくめ、なにをすべきか自律したキャリアデザインに向けた進め方がわかる

講座概要（オンライン）

- 「自己理解～期待する将来へのキャリアパス設計」を7回通して学びます。 例) 自己理解～クリティカルシンキング～ロジカルライティング～1on1スキルトレーニング～言語化・文字化トレーニング～カリキュラム選択トレーニング
- 開始時には、なぜこの講座をやるのか、という最初のモチベーションを大切にします。「大学・短大はなりたい自分になるためのチャンス」と「自律した先にある就職活動の優位性」をテーマに、具体的にどんな学生生活を送ると、前向きな就活が行えるのかなど伝えつつ、自分でキャリアを考えることが、自分自身の人生に大切であると握りながら、受講していただきます。
- グループワークを多く設け、学生時代の横のつながりを深めつつ、多様な価値観に触れられる機会を増やします。

時間：1.5H×3回 対象学年：1～4年生

対象とした課題

●情報をうのみにしてしまい、自分で考えて判断することの苦手な学生がいる

得られる成果

●あふれかえっている情報の中から、自ら違和感を察知し、情報を集めながら比較検討し、決定する方法を知ります

講座概要（オンライン）

- クリティカルシンキングが必要な理由～実践的ワークを、毎回の課題を用いながら3回通して学びます。
- 開始時には、なぜこの講座をやるのか、という最初のモチベーションを大切にします。
「自らの意思で判断決定するメリット」をテーマに、具体的に「世の中にまん延する情報の罠」「周囲に流されることで自我を失うリスク」を伝えつつ、具体的な思考の進め方を、グループワークを通じて行います。
- 毎回用意する課題によって、日常生活でも考える経験を講座の期間中していただき、終了後も再現性のある仕組みにしております。

時間：1.5H×3回 対象学年：1～4年生

対象とした課題

- 論理的な文章構成をできない学生がいる
- 就職活動など相手に何かを書いて表現することに苦手意識を持っており、文章を書く作業を敬遠してしまう学生がいる

得られる成果

- 冒頭、内容、結文といった、形にのっとった構成で文章を創れるようになります
- 文章の構成によって、受け手の理解のみならず、自分のイメージにどんな影響を与えるのかわかります
- 文章を書く苦手意識が克服に向かいます

講座概要（オンライン）

- ロジカルライティングが必要な理由～実践的ワークを、毎回の課題を用いながら3回通して学びます。
- 開始時には、なぜこの講座をやるのか、という最初のモチベーションを大切にします。
「文章を正しい構成で書くことのメリット」をテーマに、具体的に「試験や履歴書で発揮する強み」「相手に伝える力が発揮する自己イメージのアップ」を伝えつつ、伝えやすく伝わりやすい文章構成方法を、グループワークを通じて行います。
- 毎回用意する課題によって、日常生活でも考える経験を講座の期間中していただき、終了後も再現性のある仕組みにしています。

時間：1.5H×5回 対象学年：1～4年生

対象とした課題

- オンラインが多かった学生生活により、対面に限らずストレス耐性のない学生が増えている
- 心身の違和感に気づかず、抱え込むことで自分を追い込んでしまう、レジリエンスの低い学生がいる

得られる成果

- ストレスがかかっている自分に気づくことができ、気持ちを落ち着かせて切り替える能力が伸びます
- 学生時代のみではなく、社会人になってからも活かせ、就職先からの離職率を減らすスキルを学びます

講座概要（オンライン）

- マインドフルネスが必要な理由～実践的ワークを、毎回の課題を用いながら3回通して学びます。
- 開始時には、なぜこの講座をやるのか、という最初のモチベーションを大切にします。
マインドフルネスの科学的根拠、体系的な日本で流行となった背景、マインドフルネスを導くための「瞑想」「呼吸法」を色々な種類で伝えつつ、グループワークを通じて実践的に行います。
- 毎回用意する課題によって、日常生活でも継続的に行い、効果を体感しつつ、習慣化を進められる仕組みにしております。社会人となっても、継続的に行えるように進めます。

時間：1.5H×2回 対象学年：1～4年生

対象とした課題

- ITとAIの進歩で、個人にとって興味のある情報ばかり触れることとなり、偏った価値観になりやすい
- 中学や高校と違い、自ら科目やジャンルを選ぶこととなり、偏った情報ばかりを選びがちになっている
- 本から離れる学生が多く、読解力や集中力が落ちている

得られる成果

- いろいろな価値観、表現に触れることで人生の可能性に広がり生まれることがわかります
- DX化の社会において特定の情報しか入らなくなっている現状と、そのまま生きる将来のリスクを知ります
- 読書に努力は不要で、ただ楽しむことで人生が豊かになることを知れます

講座概要（オンライン）

- 「視野を広げ越境学習を可能にする読書術」を乱読を通じ体感し、実践できるようになります。
- 開始時には、どんなことを期待して参加したのかを振り返って頂きつつ、自分軸の講座目的をつかんでいただきます。自分を取り巻く情報社会、社会人の必然的読書離れの現実と、本の持つチカラや魅力、いろいろな興味関心を得ることで豊かになるキャリアに意識を広げて頂き、グループワークを通じて越境学習に興味を持っていただきます。
- 課題をもって、2回目には自分の選んだ本の目的や魅力、好きな本の魅力などをプレゼンしていただくなど、本の種類や魅力を語って頂きつつ、お互いに自分が触れたジャンルではない本に興味を持てる環境をつくります。

時間：1.5H×2回 対象学年：1・2年生

対象とした課題

●学生の中には明確な将来像を持たずに入学し、カリキュラムを取る中で単位取得本位になりがちな学生がいる

得られる成果

●学生が意識的に、なりたい自分を目指すためにどんなカリキュラムを取れば良いのかわかり、結果として能動的な学習を行えるようになる

講座概要（オンライン）

- 「単位取得を目的としない、キャリアオーナーシップを意識した科目選択力」を2度の講座で育てます。
- どのように今期のカリキュラムを組んだのか～自己理解～将来のキャリア～対応する科目と進めながら、自らの現状となりたい状態のギャップに活かせる、科目選択の方法を、実際のシラバスを活用しながら伝えます。
- グループワークをおこない、自分以外のカリキュラムの考え方や選び方に触れつつ、学生時代の横のつながりを深めながら多様な価値観に触れられる機会を増やします。

時間：1.5H×1回 対象学年：1～4年生

対象とした課題

- 未経験でIT業界に興味を持っているが、理解が浅く、どんな会社、どんな仕事があるのかわからない
- 未経験でIT業界に興味を持っているが、就職活動を進める上でなにからやればいいかわからない

得られる成果

- IT業界やサービスの種類、職種、それぞれのカテゴリの特徴が理解でき、どんな性格の人がどんな開発の種類に向いているかなど適性がわかります。
- 未経験でIT業界に就職するために気を付けることや、準備すると有利になることがわかります。

講座概要（オンライン）

- ITの「業界、職種、仕事内容」について、特徴や注意点を学びます。
- インターンシップや就職を前提とした、企業の特徴の見方、どんなインターンシップがよりIT企業において仕事の様子がわかるか、着目するポイントによってわかるIT企業の特徴、四季報でわかる会社の将来など学んで頂きます。
- 履歴書にどんなことを書くと効果的か、就職活動までにやっておくと良いこと、向き不向きが一発で分かる方法など、実践的なIT業界就職活動に活かせる知識を、実際に事例や企業のサイトを見ながら学びます。

時間：1.5H×1回 対象学年：1～4年生

対象とした課題

- 就職活動を有利に進める上で、Web上の就活サービスを利用したいが、不安であったり、ITに苦手意識があり、手を付けられずにいる
- SNSが就職活動に使えたり、逆にリスクになるらしいが、どうしたことかわからない

得られる成果

- 就職活動をするうえで抑えておいた方がよい、就職活動に関連するWebサイト上のサービスについての知識と、適宜、キャリアセンターを活用するタイミングについて理解ができます
- トレンドのSNSの種類と、活用した就職活動方法や、就活でリスクになる気を付けるポイントがわかります

講座概要（オンライン）

- 最低限知っておきたいIT知識や就職活動に活用できる関連サービスと、就職活動に便利になる一方で使っていないことさえリスクになりうるSNSについて理解を深めます。
- 就職活動に活用できるWebサイト上のサービスの利用方法や、アカウントやパスワードの設定方法、メール送信をする上での注意点などにおける、ITリテラシーが学べます。
- SNSの取り扱いについて、就職活動でどのように活用できるのか、またSNS活用によるリスクにはどのようなものがあり、回避するためにはどうしたらよいのかについて学べます。

質問はございますか？

今すぐ、お電話ください。ご相談をお待ちしております。



電話番号

070-9015-5739

代表(オガタ)直通

080-3724-1328

メールアドレス

contact@liberacareer.com

ウェブサイト

<https://liberacareer.com>