

社会人基礎力レベル評価基準表

3つの力	12の要素	定義	発揮できなかった (どうしてもできなかった)	通常の状況では発揮できた (何とかできた)	通常の状況で効果的に発揮できた (見事にできた)	発揮できた例(※)
			レベル1	レベル2	レベル3	
前に踏み出す力	主体性	物事に進んで取り組む力				自分がやるべきことは何かを見極め、自発的に取り組むことができる 自分の強み・弱みを把握し、困難なことでも自信を持って取り組むことができる 自分なりに判断し、他者に流されず行動できる
	働きかけ力	他人に働きかけ巻き込む力				相手を納得させるために、協力することの必然性(意義、理由、内容など)を伝えることができる 状況に応じて効果的に巻き込むための手段を活用することができる 周囲の人を動かして目標を達成するパワーを持って働きかけている
	実行力	目的を設定し確実に行動する力				小さな成果に喜びを感じ、目標達成に向かって粘り強く取り組み続けることができる 失敗を怖れずに、とにかくやってみようとする果敢さを持って、取り組むことができる 強い意志を持ち、困難な状況から逃げずに取り組み続けることができる
考え抜く力	課題発見力	現状を分析し目的や課題を明らかにする力				成果のイメージを明確にして、その実現のために現段階でなすべきことを的確に把握できる 現状を正しく認識するための情報収集や分析ができる 課題を明らかにするために、他者の意見を積極的に求めている
	計画力	課題の解決に向けたプロセスを明らかにし準備する力				作業のプロセスを明らかにして優先順位をつけ、実現性の高い計画を立てられる 常に計画と進捗状況の違いに留意することができる 進捗状況や不測の事態に合わせて、柔軟に計画を修正できる
	創造力	新しい価値を生み出す力				複数のもの(もの、考え方、技術等)を組み合わせ、新しいものを作り出すことができる 従来の常識や発想を転換し、新しいものや解決策を作り出すことができる 成功イメージを常に意識しながら、新しいものを生み出すためのヒントを探している
チームで働く力	発信力	自分の意見をわかりやすく伝える力				事例や客観的なデータ等を用いて、具体的にわかりやすく伝えることができる 聞き手がどのような情報を求めているかを理解して伝えることができる 話そうとすることを自分なりに十分に理解して伝えている
	傾聴力	相手の意見を丁寧に聴く力				内容の確認や質問等を行いながら、相手の意見を正確に理解することができる 相槌や共感等により、相手に話しやすい状況を作ることができる 相手の話を素直に聞くことができる
	柔軟性	意見の違いや立場の違いを理解する力				自分の意見を持ちながら、他人の良い意見も共感を持って受け入れることができる 相手がなぜそのように考えるかを、相手の気持ちになって理解することができる 立場の異なる相手の背景や事情を理解することができる
	状況把握力	自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力				周囲から期待されている自分の役割を把握して、行動することができる 自分でできること・他人ができることを的確に判断して行動することができる 周囲の人の状況(人間関係、忙しさ等)に配慮して、良い方向へ向かうよう行動することができる
	規律性	社会のルールや人との約束を守る力				相手に迷惑をかけないよう、最低限守らなければならないルールや約束・マナーを理解している 相手に迷惑をかけたとき、適切な行動を取ることができる 規律や礼儀が特に求められる場面では、粗相のないように正しくふるまうことができる
	ストレスコントロール力	ストレスの発生源に対応する力				ストレスの原因を見つけて、自力で、または他人の力を借りても取り除くことができる 他人に相談したり、別のことに取組んだりする等により、ストレスを一時的に緩和できる ストレスを感じることは一過性、または当然のことと考え、重く受け止めすぎないようにしている

※各能力要素を発揮できた例は、この内容に限るものではない。

学生のレベル別行動事例

赤字:文系・学部合同ゼミ

青字:商品開発

黒字:理系・共同研究

		発揮できなかった	通常の状況では発揮できた	困難な状況でも発揮できた・通常の状況で効果的に発揮できた
前に踏み出す力	主体性	<ul style="list-style-type: none"> ・疑問点を自ら解決するために努力できたが、自分で調べずに他人に聞くことが多いと指摘された。 ・指示されたとおりに動くことは苦手だが、かと言って自分からやるべきことを見つけてはできず、チームの中で孤立してしまった。 ・先生や先輩から指示がないと動けず、与えられた課題に向かうことで精一杯で、自発的に提案したり工夫を加えたりすることができなかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループの一員であることを自覚して、何でも積極的に取り組んだが、手を広げ過ぎて、肝心な自分の担当の作業を疎かにしてしまうことがあった。 ・チームで決めた役割に対して自分から進んで取り組んだが、他の授業の課題で忙しいときにメンバーに任せきりになったこともあった。 ・与えられた課題に対しては、自発的に取り組んだ。先輩方がいてくれる安心感からか、現在行っている実験では、最低限のデータ数点のみで、自分から他の点を取ろうとしなかったことは反省している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・仕事の量が多く、スケジュールも厳しかったので、自分から進んで課題のリストを作り、皆に配布して仕事を分担して進めた。 ・「お弁当をより良いものにしたい」という気持ちを強く持つようになり、学年の差にとらわれず、新しいおかずの考案など、自分ができることを探して、自分から積極的に取り組んだ。 ・研究室内の実験のみならず、日常生活でも「英語を勉強する」「関連分野の論文を読む」などの課題を設定し、行動するようになった。また、その実施状況を記録して、どれくらいできるようになったかを客観的な視点から分析している。
	働きかけ力	<ul style="list-style-type: none"> ・他人からの協力を求めるより、自分で決めて動く方が楽だと思う。そのため、他人に流されることはないが、働きかけることもしなかった。 ・自分の意見に賛同してもらえないような工夫が足りず、うまくいかないのがイヤで他人を巻き込んでまで自分の目標を達成する気にならなかった。 ・自分のすべきことはしていると思い込んでいるため、相手に何かを働きかけるとき無意識のうちに攻撃的になっている自分自身に気がついた。そのため、実験がスムーズに進められなかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・周囲にはよく「一緒に打合せをしよう」と呼びかけたが、あまり親しくない人にはなかなか声をかけられなかった。 ・他のメンバーに対して、気づいた点は積極的に意見を述べた。ただ、相手にどうすればうまく伝わるかまで意識できなかったため、相手を動かすことまでは十分できなかった。 ・先輩に自分の持っているアイデアなどの情報を話すことで、研究をすすめる上で必要な情報を引き出すことができるようになった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3学部合同で活動するとき、他学部のリーダーと連絡を取り合って進行状況を確認し合い、意見を出し合った。個性が強い人もいたので、その人がいちばん動いてくれそうな伝え方を考えて伝えた。 ・協力が必要なときは、メンバーに声をかけ、その作業の必要性を説明し、動かすことができた。声をかけるときには、メンバーの状況に配慮して、話を聞いてもらえそうなタイミングや言い方に気がつけた。 ・複雑な実験を自分で行う時間が取れなかったとき、その実験の意図や、期待される結果をグループリーダーに説明したうえで、先輩に頼んで実験を行ってもらった。
	実行力	<ul style="list-style-type: none"> ・失敗を恐れて、目標をわざと低くしたり、他の人に任せて逃げたりすることが多かった。 ・仕事の内容をよく考える前に、面倒だと思つと積極的に取り組めなくなり、責任を持ってやろうとすることができなかった。 ・自分自身が研究しているテーマの意義がよく分からず、思うように研究に打ち込むことができず、中間段階での目標にも到達することができなかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループ作業では率先して仕事ができしたが、個人ワークだと諦めたり妥協することもあった。 ・難しい仕事に対しても粘り強く取り組めるようにはなつたが、分からないところをそのままにしたり、分析の分担をしっかりと打ち合わせしなかったりしたことがあった。何とでもやり遂げようという気持ちがいまひとつだった。 ・行動に移すのはまだ遅いが、期限までに何をすべきかが自分の中で明確になっており、その期限に向けて取り組めるようになった。納得のいくような結晶を育成するために、休日も研究室に来て育成を観察した。 	<ul style="list-style-type: none"> ・合同活動で最終案を出す時に、意見がぶつかって何度も軌道修正が必要になったが、前向きに考えて諦めず皆を説得し、合意を導けた。 ・アンケート分析を終え、統計学を専門にしている教授に提出した際に、数値のミスやグラフの間違いを多数指摘され修正を求められた。時間が限られていたが、1日ごとの作業の目標を設定し、期限までにすべて修正し提出した。 ・研究室ミーティングでは、率先して自分の考えや疑問に感じたことを発言すると決め、現在まで実行している。自分にとって難しいテーマだったので、当初はどこまでできるか不安だったが、大型バルク結晶育成に向け、自ら装置構造を示すとともに、必要な部品の発注も行うことができた。
考え抜く力	課題発見力	<ul style="list-style-type: none"> ・最後までチームの目標をよくわからないままやっていたような気がする。心のどこかで、余分なことはやりたくないと思っていたかもしれない。 ・何が問題がよくわからないままやっていたので、自分から出す意見は的外れなことが多く、結局何も言えなくなったり、他の人の言うとおりにしなければならず、いやだった。 ・実験の本質が見えていないから課題が見えず、課題をクリアするためのアプローチ法もいまい加減で、打ち合わせでボロボロに言われてしまった。自分で課題を見つけることが困難な現段階においては、もっと先生や企業の方に積極的にコミュニケーションをとっていくことが重要であることを痛感した。 	<ul style="list-style-type: none"> ・問題を冷静に分析するのは得意だが、自分で課題を考えるのは苦手で、与えてもらいがちだった。 ・その場で自分が取り組むべきことは理解してやっていたつもりだが、そこで何が課題なのか自分で的確に見抜くことはできなかった。まずは疑問を持ち、その疑問を人に説明できるように心がけた。 ・今行っている実験の再現性が悪化していることは分かったが、その原因までは分からなかった。最終目標を明確にするだけでなく、自分の研究に対する細かい課題(測定方法の適切さなど)を改良しようとする意識を常に持つことが必要だと感じている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・活動の目標をいつも考えて、「今この問題のために何をすべきか」を整理して提案できるようになった。自信を持って意見を言えるように、理由もきちんと調べるようにした。 ・価格を下げることで低下してしまった栄養素の補充に対して、何をどのように補えばいいのかを考えた。その結果、たんぱく質の補充に焦点を絞り、解決案を試行錯誤して企業の人に提示し、受け入れてもらうことができた。 ・成功のイメージに向けて作成したロードマップに書き込みを入れながら、実験の指針を組み立て、新たな課題と見えてきたものはさらに次へ活かした。目標達成時まで生じうる課題を予測し、その対策を組み込んだり、不要と判断された場合には取り除いたりしながら研究を行った。
	計画力	<ul style="list-style-type: none"> ・綿密な計画が苦手で、誰かの言うことに乗って思いつきで解決策を考えて後で困ることが多かった。 ・計画を立てるのが苦手で、自分がその仕事にどのくらい時間がかかるのか分からず、計画書を書いても、一度も守れたことがなかった。 ・現在行っている実験が、ゴールまでのどの位置に位置するかを明確にできていないため、自分のできる範囲の計画が立てられなかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・全体の計画に基づき、現在の進捗状況から、今何をすべきかは常に心がけていた。しかし、他のメンバーも予想以上に忙しくて、作業が遅れてしまったにも関わらず、計画を見直して対策をとったりすることができなかった。 ・メンバー皆が忙しくて、限られたメンバーで資料を作成するには本当に時間がなく、計画を立てて行動するよりも各自が作れる時に作るという形になり、計画性は良くなかった。しかし、各自の担当作業をある程度設定していたので、皆の頑張りにより、どうにか期日までに完成させることができた。 ・計画を細かく立てていたが、その細かい計画の達成目標も見据えて大きな計画を立てることができていなかった。また、細かい計画のスケジュールが果たして実現可能なのか、どこかに無理がきていないのかに対する意識が甘かったため、最終的な考察が十分できなかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・プレゼンの締切日に間に合うように作業計画をしっかりと立て、メンバーと連絡を取り合いながら、早め早めに作業を進めることができた。 ・企業にプレゼンするという目的を常に念頭において、今やるべきことは何か考えることで計画的に物事を進め、チーム内での確認も行った。実行するための命令系統をリーダーに一歩化することを提案し、よりスムーズに進められるよう工夫した。 ・設計からデータ提出まで1ヶ月しかなかったが、最優先すべき方針を明確にし、研究室に保有のツール、設備の状況、うまくいかなかった時の手順を考えて効率よく実験を進めることができた。
	創造力	<ul style="list-style-type: none"> ・何がいいものかわからなくて自信がないので、結局前例を参考にしたり、模倣したりすることが多かった。 ・新しいものを考えても、結局採用されなかったり、反対されたりするのがいやなので、他の人が言うことに賛成したり反対したりするだけだった。 ・常識にとらわれて、新たなアイデアを提案することをためらっていた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・解決に向かうためのプランやアイデアは積極的に出せたと思うが、一方で前例などの手本を参考にしないと動き出しづらかった。 ・自分の発想を意見として話す回数も増え、チャレンジする作業の幅が広がってきた。しかし、教科書や授業で知っていることでないと不安で、オリジナリティはまだ出せていない。 ・低電圧回路の設計において、新しい方法を提案し、また既存の設計手法を改善して、両方を組み合わせ、いい設計ができた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・合同のディスカッションの時は、「まず形にしてみる」ことをモットーに、ホームページのデザインやコンテンツなど、前例にとらわれずいろいろな角度から考えてアイデアを出すことができた。 ・食育教育パネルの構成を考えるとき、対象者の視点になって考えることができた。決まりごとにとらわれ過ぎず、自分の考えや他の人とのコミュニケーションから得たことも案に入れて考えられた。 ・数ミクロン程度の高分子ネットワークを作製し、液晶を封入させるという新しいアイデアを提案した。プレゼンでも、従来の構造との明確な違いに重点を置いて、オリジナリティを強調した資料を作ることができた。

学生のレベル別行動事例

赤字: 文系・学部合同ゼミ

青字: 商品開発

黒字: 理系・共同研究

	発揮できなかった	通常の状況では発揮できた	困難な状況でも発揮できた・通常の状況で効果的に発揮できた
チームで働く力	<p>発信力</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の考えは持っているつもりだが、それを他人に伝えたり理解してもらおうとはしなかった。 発言が苦手で、もによもよと話してしまうことが多い。自分でもいけないとわかっているのだが、筋道は通ってないし、聞こえにくいし、おかげで何かサッパリわからなくなってしまう、よく首を傾げられることがあった。 プレゼンの際を含め、本質が見えていないので焦点のぼけた内容になってしまっていることに気がついた。全体的に、自分の発言に自信がない。だからこそ困っていることを発信するのをためらったり、いざ発信した際は攻撃的になってしまうのかもしれない。 	<ul style="list-style-type: none"> 相手に伝えることを意識して、発表の際にはめりはりをつけるよう努力した。ただ、議論を回そうと一生懸命になるあまり、求められていないことまで一人でしゃべり続けてしまうこともあった。 チーム内で発言する回数は大分増えた。しかし、自信がなくて伝えたいことを上手に伝えられない場面も多々あり、もっと向上に努めたいと思う。 学会発表で、全体の構成を意識して話す努力はしたが、個別のセクションに対する理解が不十分であった。聴衆に対してゴール地点を意識してもらいながら話すことが大切だと感じた。ゴールに導くための各セクションの流れというものを意識したい。 	<ul style="list-style-type: none"> 相手に言いたいことがきちんと届くように話すことに気をつけて、話し合いの場に出られるようになった。以前より相手への配慮を意識できるようになり、意見が対立している人同士の間や他学部との調整にも積極的に出て話せるようになった。 資料を作成するとき、どうしたら相手の方が分かりやすいかを考えるようになった。相手の関心の高そうなところだけでなく、相手に分かってもらえる内容やおもしろみまでも考え、相手を乗せられるようになりたい。 研究室や学会などのプレゼンテーションの場面で、自分の意見を論理立てて整理し、聴講者が理解しやすいよう、構成やスピードや言葉使いを配慮しながら話すことができた。
	<p>傾聴力</p> <ul style="list-style-type: none"> 相手の話をささぎって、自分の意見をまくし立ててしまうことがよくあった。 話をじっくり聞くのが苦手で、特に反対意見を言われるとむかつかっているのが顔に出てしまい、注意されることがあった。 自分の意見を完全に否定されると、聞く耳を持たなかった。 	<ul style="list-style-type: none"> 話者が何を伝えたいのかに想像力を働かせ、言葉を補う等の配慮をするようにした。関心がある場合にはよく聞いている自信はあるが、シビアな話題だと引いてしまったりと聞けていないことがあった。 打ち合わせの内容を理解し、質問を返せていけるようになってきた。しかし、理解はしているがきちんと納得まではできないこともあった。 相手の話を呑み込んで解釈、取り入れることはできるが、「何を聞き出すか」までは考えが回らなかったり、「見当はずれなことを聞くことにならないか」と怖気づいてしまった。 	<ul style="list-style-type: none"> 企業の方へのヒアリングのとき、緊張はしたが、失礼のないようにきちんと相手の話に耳を傾け、相槌やうなづきで話を引き出すようにした。 メモを取る習慣を身につけるように心がけ、相手の表情や態度から気持ちを考え、状況を把握しながら話を聞く態度を作ることができるようになった。話を聞くだけでなく、聞きながら要点をまとめるように心がけた。先生や企業の方に、いい質問だと言われたことが何回もあった。 企業の方や先生達に自分の研究の進捗状況を説明する際、厳しい質問を受けることもあったが、自分に自信をつけることで感情をコントロールし人の話を素直に聞けるようになった。
	<p>柔軟性</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分が最初に決めたことに反対されたり、変更されたりすると、必要以上に抵抗してしまうことがあった。 一回自分の考えが浮かぶと、それを応用したり他の意見を言われたりするのが苦手で、反対意見を言われると反動的になってしまった。 実際に失敗してみないと自分の主張、意見をなかなか曲げることができなかった。 先生や先輩から言われたことを鵜呑みにする傾向にある。もっと積極的に人とコミュニケーションをとることにより、様々なアイデアを自分自身に取り込み、自分で総括できるようにならなければ意味がないと分かった。 	<ul style="list-style-type: none"> 自分の考えより相手の方が優れていると思う場合は、自分の考えに固執しないようにしたが、時々押し切られたと思うことがあった。 話し合いでは相手の意見を受け入れているが、実際はあまり臨機応変に行動できなかった。特に、難しい状況になると、分かっている相手も相手の立場を考える余裕がなくなった。 自分と違う意見を出されるとその場では否定的に受け入れてしまった。が、後で冷静になって考えたら納得し受け入れることができた。 相手の意見を取り入れることはやりやすいが、相手と意見が対立した際には、呑み込むまで時間がかかった。 	<ul style="list-style-type: none"> 一人ひとりの意見を活かす方法を考えて折り合いをつけること、行き詰ったらより良い方向転換を見定めることに努めた。 メンバー全員で、「いいお弁当を作りたい」という同じ目的意識で意見をぶつけ合った。他の人と自分の考えの違いを知るだけでなく、他人の意見を取り入れ合ってより良いアイデアにするよう考えられた。 権威(先生方や上司)の意見だけでなく、後輩などの意見も積極的に取り入れていくことで研究がよりスムーズに進むようになった。 課題発表のプレゼンの出来は相当自信があったが、このプレゼンでは自分の手法の良さが伝わらないと指摘されたことを受け入れ、競合技術よりも優れている面をより強調する内容に変えた。結果として一人で考えていた時よりずっと良いものになった。
	<p>状況把握力</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分は何をすればチームに貢献できるのかが分からず、ほとんど他のメンバーが行っている作業の真似しかできなかった。 サブリーダーにその場の流れで志願してしまい、その後自覚がなかったため、チームの中の役割を見出せないでいる。仕事は人に与えてもらうのではなく、自分で探さないと身が入らないし、頭も働かない。無計画も悪い所だったと反省した。 研究室における自分の立場が時々分からなくなった。現在の研究を進める上で、先輩達が進めている研究との関係が分からず、自分が次にどのような視点で研究を進め、どのような成果を生み出すことを期待されているのだろうか、とたまに困惑していた。 	<ul style="list-style-type: none"> 2、3人でディスカッションしている時は、周りの状況を見て臨機応変に話のまとめ役になったりできたが、人数が多くなり過ぎると、自分がどのような役をすれば良いのかが分からなくなることがあった。 チームの状況の把握はできていたと思うが、一人で抱え込むという癖から、実際の行動になると周りが見えなくなることがあった。 研究室の中で自分の置かれている状況は把握できるが、周りのことにまで気を使うことができず、ひとりよがりになってしまっていることがあった。 	<ul style="list-style-type: none"> 発表会までの仕事の調整役を行った。他のメンバーの忙しさや仕事の量を把握し、日程の中で全体がうまく回るように配慮した。 自分のすべきことを明らかにし、他のメンバーと、協力していくことが重要と考えた。先輩が忙しいときは積極的に先輩の面倒をみるようにした。 会議中の自分の立場(意見の切り出し、きっかけを与える)や役割をきちんと認識し、他のメンバーの貴重な意見(普段喋らない人ほど深く考えている場合が多い)を出しやすくなるように、意図的に沈黙していた。研究にも応用したい。
	<p>規律性</p> <ul style="list-style-type: none"> 厳しい教員の授業は時間通りに出席するが、そうでない場合は平気で遅刻する。 就職活動で忙しかったため、あまり活動に参加できず、自分の分担を確実に片付けられなくて皆に迷惑をかけた。無断欠席や遅刻も多かった。 自分の思うままに行動、言動を行うことが多く、M2としてはどうかと思う。 優先順位の低いものに対しては締め切りが守れていない。 	<ul style="list-style-type: none"> とりえず集団の空気は乱れていないつもりだが、課題の提出期限等個人的なことではルールになることもあった。 マナーは守る方だが、行動の始まりが遅くタイムスケジュールが遅れることが多かった。 周囲の模範になるような立派な行動はしていないが、最低限のルールは守っている。 	<ul style="list-style-type: none"> 当たり前のことであるが、時間厳守。提出物の期限もきちんと守った。 地域の方々へのヒアリング調査に伺った際、まず最初にリーダーとして、自分達よりもはるかに年上の皆さんに失礼のないよう、調査へのご協力をお願いとお礼を代表して述べた。 意見が対立する場面であっても、相手が不快感を持たないよう、礼儀をわきまえた態度を取るようになった。
	<p>ストレスコントロール力</p> <ul style="list-style-type: none"> 仕事の多さにストレスを感じて、否定的に考えることが多かった。いやなことを自分の中に溜め込んでしまっていた。 忙しいと気持ちの余裕がなくなり、イライラして、グループのメンバーにグチを言うというよりあたっていた。 1日のほとんどを実験室で過ごしているのに思うような結果が出ず、ストレスがたまる一方で、何も対処できなかった。 	<ul style="list-style-type: none"> 周りが見えて見えてしまう分イライラすることが多いが、親しい仲間聞いてもらったり、オンオフをしっかり分けたりして、適度に発散した。 一人での作業が多く、ストレスを感じる事が多かったのだが、時間に余裕ができたときには体を動かしたり、趣味のことをやったりしてリフレッシュするようになった。 やるべきことを1つ1つこなしていくことで、気持ちを整理しながら忙しい時期を乗り越えた。 	<ul style="list-style-type: none"> メンバーとよく意見が衝突することが多くストレスがたまっていた。しかし、いろいろな考え方があり、社会に出たらこうなるんだろうと割り切って考えるようにしたら、今までほど気にならなくなり、受け流すことができるようになった。 ストレスがたまる前に休んだり、他のことに集中したりして気持ちを切り替えた。それで同じようなことがあってもストレスを感じずに済むようになった。 自分と意見の合わない人と一緒に仕事していくことでストレスを感じることもあったが、ネガティブに考えるのではなく、その人と仕事以外で調和できる面を見つけるようにした。 教授や先輩や同期に相談したり、自分のストレスの原因を追究すべく、夜30分は必ず振り返りの時間を作るようにした。原因が特定できた場合は積極的に自分から動き出し、対処した(飲み会、話し合い等)。