

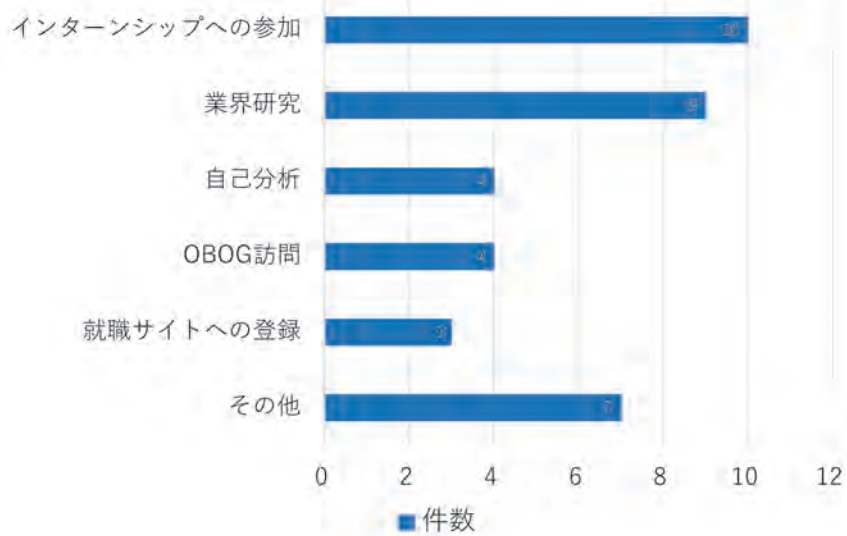


図4 就職活動は何から始めましたか

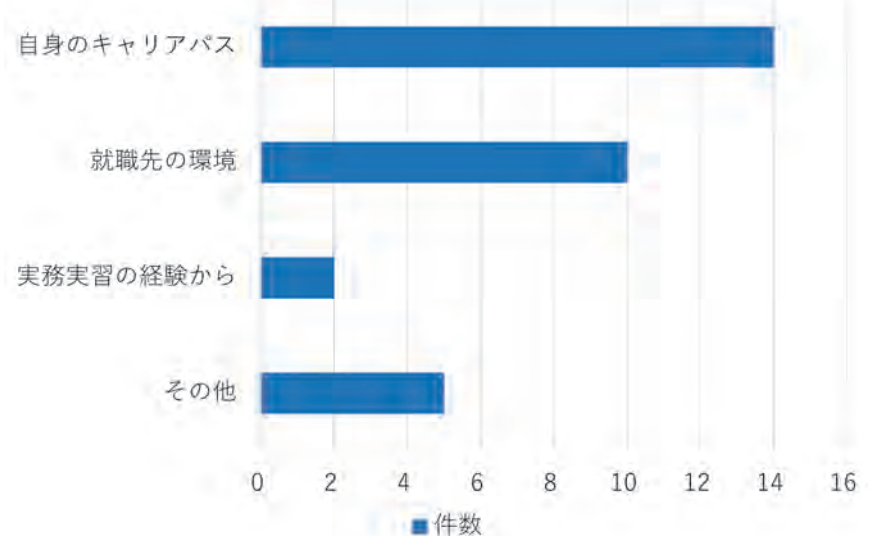


図5 就職先を決めた理由

り組みやすいと思いました。

さらに、志望業界や就職先を決めた理由を質問したところ、「キャリアパスの多様さ」や「自分のやりたいことができる」といった自身のキャリアパスを重視した理由が多く挙がりました(図5)。

キャリアパスに関する質問として、転職や副業への関心について尋ねたところ、64%の人が転職を考えており、合わせて67%の人が「副業をしている」もしくは「副業をしてみたい」と回答しました。

そして、社会人の皆さんに今後のキャリアプランも尋ねたところ、経営やコンサルタント、管理職を目指している先輩方が多く見受けられま

就職活動では、学生時代にどのようなことに取り組んできたかを問われることもあるかと思います。

そこで、自身の学生生活を振り返ってみてやっておいて良かったことを尋ねてみました。

した。

これらのことから、卒業後も働き方を見直し、多方面で活躍の場を見つけていることが分かりました。

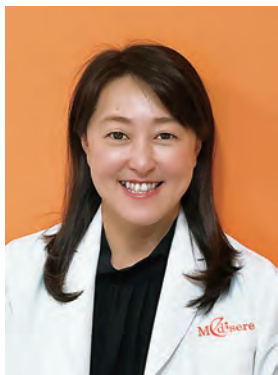
弊団体のOB、OGから回答を得たこともあり、学生団体での活動を挙げた方が多数いました。また、アルバイトやボランティア活動などを挙げた学生もあり、大学の外での活動が大きな成長につながったことが分かりまし

た。

このほか、「いろんなことに積極的にチャレンジすること」「社会人や他の大学の人など、人とのつながりを広げること」という意見もありました。

現在、大学生の活動場所は、大学内にとどまらず、アルバイトやサークル活動、学生団体、SNSといったように多岐にわたっています。自分に合う場所を見つけ、学生生活の幅を広げられると良さそうです。

効果的な三つの勉強法



メディセレスクール
社長

児島 恵美子

こんにちは。メディセレのしゃっちゃん児島恵美子です。

賛否両論ありましたが、オリンピックは見られましたか？メダル獲得のダイジェストを見ることをお勧めします。

なぜなら、成功体験を見たり聞いたりすることは「ミラーリング効果」を得られるからです。成功の瞬間を共有し共感することで、成功のイメージが自分の中でも蓄積されていくからです。自分の体験は限られていますので、他の人の成功を有効活用させていただき、なおかつ、感動も味わわせてもらうのです。

受験勉強は、みんながやる気をなくした時にどれだけ頑張れるかで差がつ

国試予備校の現場から

きます。「とにかくモチベーションが上がらない」と相談を受けることも少なくありませんが、荒療治としては一度、勉強を1日中やらないでください。そうすると驚くほど罪悪感と焦りが出てきます。その後はやる気になりますよ。

私は、モチベーションマネジメントをやっておりますが、本当はモチベーションに関係なく、効果的に結果を出す方法があります。それは①勉強開始時間を決める②頭を使う科目(計算)や苦手な所は午前中に③暗記モノは夜に——という三つの方法の実践です。

やる気に関係なく、勉強開始時間にはスタートする。やる気というものは、やり始めると勝手に上がってくるものなのです。

次に、苦手範囲や計算などの頭を使

うモノは、頭が冴えている午前中にやりましょう。

そして、暗記モノは夜にやりましょう。人間の脳は素晴らしく、オートマチックに寝ている間に知識の整理をやってくれます。だからその効果を有効活用しましょう。

最後に、「先延ばしのストレス」を知ってください。人間は先延ばしをすると、ストレスがかかります。私はそのストレスを強く感じるタイプなので、なんでもすぐやります。忘れそうだから。そうすると「行動が早い」と、苦手へのリスクマネジメント行動とストレス回避行動なのに、評価されたりします。良いことだらけです。先延ばしのストレスを回避し、やる気に関係なく、やるべきことをやっていきましょう。そうすれば結果が出てきますよ。

「考える力」「対応力」を身につけて、効率よい充実した実習にしよう！

改訂モデル・コアカリキュラム対応

薬学生のための臨床実習

一般社団法人日本病院薬剤師会 監修 一般社団法人日本病院薬剤師会薬学教育委員会 編集

■代表的8疾患の症例について薬物治療の考え方や進め方を対話形式で解説

カルテや患者情報から、学生と指導薬剤師のディスカッションを通して薬物療法を検討し、医師への処方提案、患者への服薬指導、学生カルテの記録までの流れがわかります。

◎ポイントごとに「何をどう考えていけばよいか」が掴める！

◎実際の医療現場をイメージしながら学べる！

詳細はコチラ▶



B5判 / 159頁 / 定価 2,300円 + 税

薬事日報社 書籍のご注文は、オンラインショップ(<https://yakuji-shop.jp/>)または、書籍注文FAX03-3866-8408まで。