

溝上 慎一の教育論(動画チャンネル) No152

仕事のコツ(コーナー)

ルーティン苦手、やりたいこともないが、それでも自分をよく知っているので仕事はするー佐藤浩章先生(大阪大学准教授)

溝上 慎一 Shinichi Mizokami, Ph.D.

学校法人桐蔭学園 理事長
桐蔭横浜大学 教授

<http://smizok.net/>
E-mail mizokami@toin.ac.jp

学校法人河合塾 教育研究開発本部 研究顧問

【プロフィール】1970年生まれ。大阪府立茨木高校卒業。神戸大学教育学部卒業、1996年京都大学助手、講師、准教授、2014年教授を経て2018年に桐蔭学園へ。桐蔭横浜大学学長(2020-2021年)。京都大学博士(教育学)。

*詳しくはスライド最後をご覧ください

※本動画チャンネルは溝上が個人的に作成・提供するものです。
公益財団法人電通育英会の助成を受けて行われています

(ご紹介)



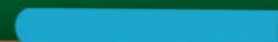
佐藤浩章
さとう ひろあき

大阪大学全学教育推進機構教育学習支援部 准教授

2002年 北海道大学大学院教育学研究科博士後期課程単位取得退学。博士（教育学）。

同年4月より愛媛大学大学教育総合センター教育システム開発部講師・准教授、教育・学生支援機構教育企画室准教授・副室長を経て、2013年10月より現職。

専門は、高等教育開発。日本高等教育開発協会理事、大学教育学会常務理事、The International Consortium for Educational Development日本代表。



No147 新著の紹介(コーナー)

**大学教員の能力開発研究
ーファカルティ・ディベロップメントの
構造と評価ー**

佐藤浩章先生(大阪大学准教授)にインタビュー



それではご覧ください

私の仕事術（1）

1. モチベーションを制御する
 - ① セルフセオリーを持つ
 - ② 緊張系：怒り・未達成感・ネガティブな帰結回避欲求、希望系：使命感・次世代のため）（金井2006）

2. 時間を管理する
 - ① 下手であることを自覚する
 - ② 仕事を入れる（少しだけオーバーワーク）

3. 条件下で最大限努力する
 - ① **When life gives you lemons, make lemonade.**（逆境をうまく利用する）
 - ② 意義があってもやる人がいなければやる

私の仕事術（２）

4. ルーティンを回避する

- ① 飽き性であることを自覚する
- ② 変化のある仕事を選ぶ

5. 得意な方法でやる

- ① 数字関係、根回しは苦手と公言する
- ② 苦手なことは無理してやらない
- ③ 人に頼る（ヘルプを出す）