

1-2 自分の将来を描いてみよう!!

現在の自分の役割を確認する

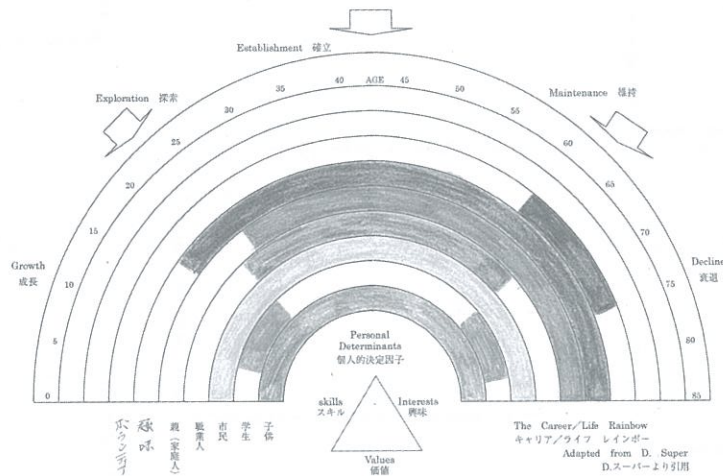
高校生であるみなさんは、自分が今、この8つの役割の中で、どの役割をしていると思いますか。「子ども（娘）」と「学生（学習者）」のほかに、「余暇を楽しむ人」や「市民」の役割が当てはまるという人もいるでしょう。役割は一つとは限らず、年齢や場面によっては、複数の役割を同時に組み合わせて行っているのです。現在のあなたがどのような役割をしているのかを確認し、右ページのキャリア・ライフ・レインボーシートに記入してみましょう。前に述べた8つの役割以外にも、あなたが自分で担っていると思う役割があったら、空白欄に自由に記入してください。

→ワークシート 01 「キャリア・ライフ・レインボーシート」

将来の役割をイメージして描く

現在の自分の役割が確認できたら、今度は、20年後、もしくは生涯（＝将来）起こりうるあなたの役割をイメージして、キャリア・ライフ・レインボーシートに記入してみましょう。 →ワークシート 01 「キャリア・ライフ・レインボーシート」

[キャリア・ライフ・レインボーシート記入例]



上図のように、役割は一生の間に変化し、年齢を重ねることにより、数が増えたり減ったりします。女性のキャリア（人生）には、「結婚・出産・育児」といった人生の転機をむかえる人もいますが、そのときは結婚や出産によって「配偶者」や「親」といった役割が増えることになります。また、結婚後（あるいは出産後）は仕事を辞めて家庭に入るのであれば、「職業人」の役割が減り、子どもが大きくなったら、また働きたいと考え、育児をしながら勉強し、再就職のときに備えるのであれば、「配偶者・親・学生（学習者）」の役割を担うことになります。そして、再び働き始めた時点で、「職業人」の役割がまた出現します。

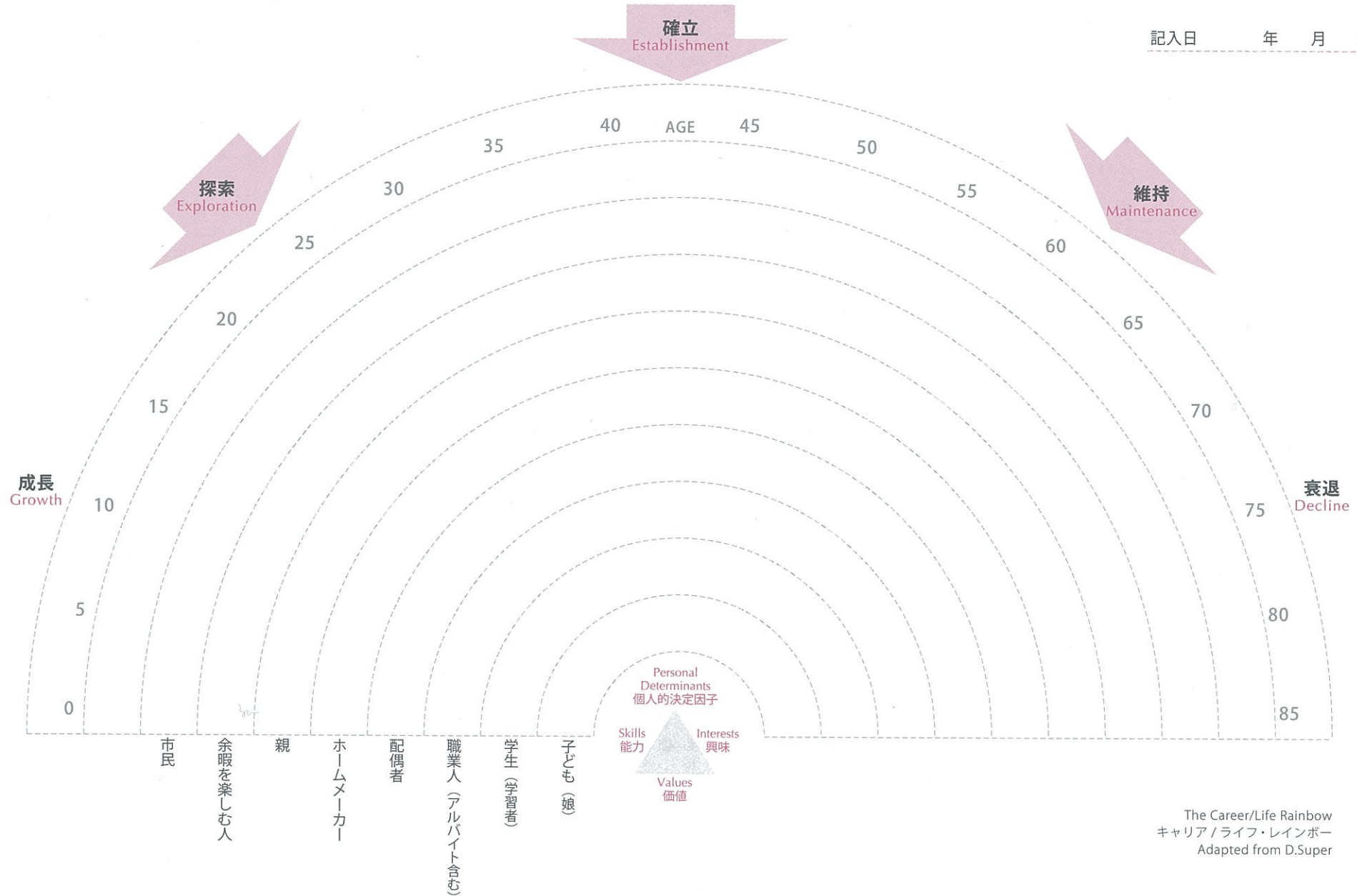
キャリアは、「生涯において個人が果たす一連の役割、及びそれらの役割の組み合わせ」です。つまり職業としての仕事をしていない時期も、別の役割を果たすことで、あなたのキャリアは続いていくということです。役割一つひとつを大切に果たし、また、それらの役割を丁寧につなぎ合わせ生きていくことで、「あなたらしく」イキイキとした人生を歩んでいくことができます。

Work Sheet 01

キャリア・ライフ・レインボーシート

— 現在と将来の自分の役割を描いてみよう —

記入日 年 月 日



The Career/Life Rainbow
キャリア/ライフ・レインボー
Adapted from D.Super