9-1

記入日：平成　　　年　　　月　　　日

キャリアの適性を見る

「適性」と聞くと、多くの人が「それが自分にあっているかどうか」を考えると思います。けれども「キャリアガイダンス（キャリアカウンセリング）」という考え方の中では、必ずしもそれだけとは限りません、ここでは別の角度から見た「適性」についての考え方・とらえ方にふれ、自分の将来を考えるための視野を大きく広げてみましょう。

STEP1 「人は、一生を通していろいろな役割を、いろいろな舞台で同時に演じている」とされ、その役割は次にあげる８種類であるという考え方があります。現在のあなたにあてはまるのはどの役割ですか。すべて選んでください。

■人生における８つの役割



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 役割 | 内　容 |
| ① | 子ども | 親との関係における自分。自分の年齢に関係なく、自分の親に対して自分は「子ども」です。 |
| ② | 学ぶ人 | 何らかの教育機関で学ぶ立場にある人。働きながら学ぶ人もこの役割です。また、通信教材やインターネットなどを利用して学ぶ人も含まれます。 |
| ③ | 余暇人 | 読書やスポーツなど、自分の好きな事をして楽しむ役割です。 |
| ④ | 市民 | 仕事とは別に社会に貢献する役割です。ボランティアや社会活動、政治活動などに参加する役割です。 |
| ⑤ | 働く人 | 働いて収入を得る人、全てです。もちろん、アルバイトも含まれます。 |
| ⑥ | 配偶者 | 夫または妻の役割。法律上の婚姻関係はなくても生活をともにしているパートナーであればこの役割を担います。 |
| ⑦ | 家庭人 | 親元から離れ、家族・世帯を構成し、なんらかの家事を担当する役割です。 |
| ⑧ | 親 | 子どもとの関係における自分。子どもの年齢に関係なく、自分の子どもに対して自分は「親」です。 |

(参考:ライフ・キャリア・レインボー／D.E.Super)

|  |
| --- |
|  |

**✎**現在のあなたの役割

STEP2 次に、自分が何を大切にしているのか（＝価値観）について考えます。人はそれぞれの役割の中で自分の価値観と向き合い、それらを達成しようとします。以下は、人が仕事の中で大切だと考える価値観（＝労働価値観）を14種類に定義したものです。この中から、あなた自身が「⑤働く人」を演じることになったとき、大切にする価値観を選んでください。（最大３個までとします）

　　　組　　　番　名前

■14の労働価値観

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 価値観 | 内　容 |
| ア | 能力の活用 | 自分の能力・知識・技術が発揮できる。 |
| イ | 美的追究 | 美しいものを創り出す。美しさを見いだす。 |
| ウ | 利他性 | 人の役に立つ。 |
| エ | 創造性 | 新しいモノやアイデアを創り出したり、考え出したり、デザインしたりする。 |
| オ | 達成 | 達成感、成功の実感を得る。 |
| カ | 経済的報酬 | 仕事に見合う収入を得て、生活の水準を高める。 |
| キ | 社会的評価 | 自分の仕事や行いが周囲に認められる。信用が高められる。 |
| ク | 身体的活動 | 頭を使うだけでなく、身体を使う機会がある。 |
| ケ | 危険性 | ドキドキ・ハラハラするような、リスクを伴う仕事や体験ができる。 |
| コ | 多様性 | 変化に富んだ、多彩な仕事や体験ができる。 |
| サ | 社会性 | チームの一員として、他の人たちと連帯・協力する。 |
| シ | 自律性 | 自分の仕事、すべきことを自分がコントロールすることができる。 |
| ス | ライフスタイル | 仕事、勉強、趣味、その他生活全体のバランスが、自分の思い通りである。 |
| セ | 環境 | 仕事や勉強をする環境が心地いい。自分もその環境を脅かさない。 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ⑤ | 働く人 |  |  |  |

**✎**私の「労働価値観」

STEP3 役割と価値観を確認したところで、一度自分の仕事について具体的にイメージしてみましょう。考える基準は「自分にあっているかどうか」どうかではなく、「興味・関心があること」です。まず、資料の職業リストから、興味・関心がある職業をそれぞれ選んでください。

|  |
| --- |
| 興味・関心がある職業 [資料] |
|  |
|  |
|  |

　　　組　　　番　名前

STEP4 「STEP2」で「『⑤働く人』としての自分」が大切だと考えた価値観を、「STEP3」で選んだそれぞれの職業の中で達成していくとすれば、どのような働き方があると思いますか。働く自分の姿をできるだけ具体的にイメージして、書き出してみましょう。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 価値観 | 職業 | 働き方 |
| 《例》  ア 能力の活用  ウ 利他性 | 広告代理店勤務 | 創造力を発揮して効果的な宣伝方法を企画して（＝ア）広告することで、それらの商品について知り、それを購入した人を幸せにする。（＝ウ） |
| ﾌﾗﾜｰｺｰﾃﾞｨﾈｰﾀｰ | 花に関する知識やデザインへの興味を生かして(＝ア)、いろいろな場所を花で飾り、毎日の暮らしや大切な記念日に感動と幸せを届ける(＝ウ)。 |
| 大工 | 建築構造設計施工に関する技を磨いて(＝ア)、人が安心して、笑顔で暮らせる家を建てる。自分が建てた家で、そこに暮らす人を幸せにする(＝ウ)。 |
|  |  | |  | | --- | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  | | --- | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  | | --- | |  | |  | |  | |  | |

職業①

職業②

価値観Ｂ

価値観Ｃ

価値観Ｄ

価値観Ａ

価値観Ｃ

価値観Ｂ



　一つの職業でも、たくさんの価値観をもった働き方ができるんですね。

STEP4＋ 反対に、「STEP2」で「『⑤働く人』としての自分」が重要だと考えた価値観を、最大限に実現できる職業とはどんな職業でしょうか。資料の職業リストから今まで気にしていなかった職業も含めえて探してみましょう。また、職業は今ある職業が全てではありません。職業リストにこれはと思うものがないときには、職業リストにない職業を考えてみましょう。

　　　組　　　番　名前

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ⑤の価値観 | 職業 | 働き方 |
|  |  | |  | | --- | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | |  | | --- | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | |  | | --- | |  | |  | |  | |  | |

価値観から職業を選んでみよう

職業Ｂ

職業Ｃ

職業Ｄ

職業Ａ

１つの価値観



まとめ 先生や保護者の方にも「それぞれの役割の中で重視する価値観」について聞き、「自分らしく生きる」ことについて、感じたことを書いてみましょう。

|  |
| --- |
| 先生の話を聞いて： |

|  |
| --- |
| 保護者の話を聞いて： |