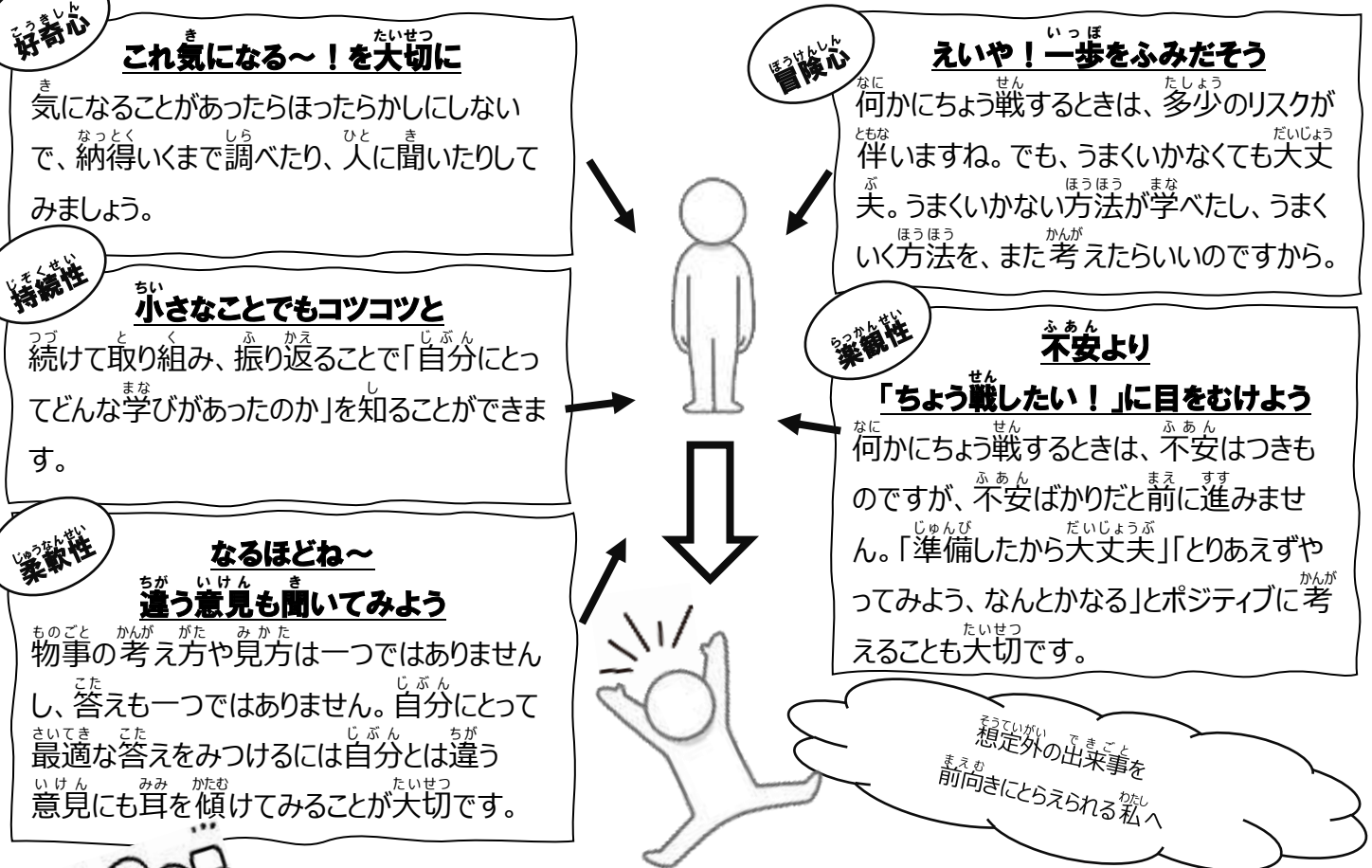




キャリアナビ通信

くわさんです。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。冬休みは計画通りの生活を送ることができましたか？想定外の出来事が起こって「こんなはずじゃなかったのに～」と、ちょっぴりイライラしてしまった。なんて人はいませんか？でも、想定外の出来事はとらえた一つで、**自分でも気づかなかった興味や好きなことを見つけたり、将来の「こんなお仕事についてみたい」につながったりする可能性がある、ラッキーな機会にもなるのです。**しかしそのための大前提として、**想定外の出来事を前向きにとらえられるような行動を起こしていることが大切なのです。**はたして、どんな行動があるのでしょうか？スタンフォード大学D.J.クランボルト教授の理論を紹介します。

【想定外の出来事を前向きにとらえる私になってみない？毎日の5行動】



—「想定していなかったけど、こっちの道も楽しそう！」

人生の計画を立てることはとても大切です。（例えば○○の学校に入りたい、○○の仕事に就きたい、○歳で結婚したい、など）しかし、計画通りに進まないときもたくさんあります。そんなとき**「想定外の出来事」**を前向きにとらえることができると、**新しい道を自分で見つける（切り拓く）**ことができます。そしてその道は**最初に計画していた道よりも、もっと楽しく、ワクワクする道**かもしれません。前向きにとらえられる私になるために、**毎日の行動を積み重ねてみませんか？**

キャリアナビ通信

2022年1月号

植田東小学校キャリアナビゲーター 鎌先 恵美子

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。1年のはじめは「今年の目標」「今年の抱負」を考える機会でもあります。未来を起点として、今の目標や抱負を掲げる方もいるのではないのでしょうか。ではキャリアの視点をもって目標や抱負を考えた場合は、起点をどこに置く考え方があるのでしょうか？一つの考え方として、ご紹介させていただきます。

～ご自身のキャリアをどう描いていきますか～

◇山登り型（バックカスティング）

or

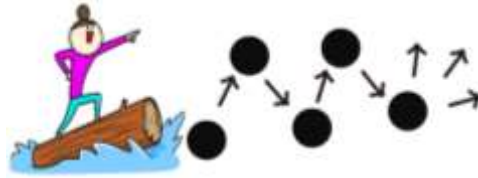
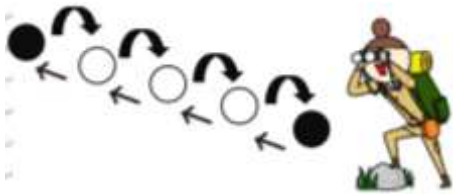
◇川下り型（フォアカスティング）

or



未来のありたい姿（目標）から
現在すべきことを考える
（未来に起点をおく考え方）

過去の経験や目の前の課題と
向き合って考える
（現在に起点をおく考え方）

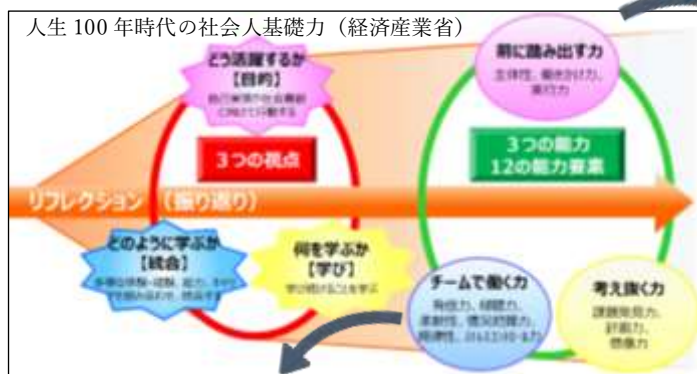


どれが正解ということはありません。また新たな考え方が生まれてくるかもしれません。1点付け加えるとしたら「現代は予測不可能な時代である（VUCA 時代※）」ということでしょうか。もちろん今後も山登り型の考え方で達成されていくライフキャリアもあるでしょう。しかし世界の様々な分野において予測不可能なことが起きている現状を鑑みると、山登りの道しるべさえあまいになり、不確実性がますます高まってきていることも事実です。それをどの様に受け止め、どの様に向き合っていくかが、今後のライフキャリアを考えるうえでとても重要になってくるでしょう。

VUCA 時代…変動性・不確実性・複雑性・曖昧性の英単語の頭文字をとった言葉で、VUCA の状態が続き、既存の価値観やビジネスモデルなどが通用しない時代のこと。

～人生 100 年時代の社会人基礎力～ 経済産業省

「人生 100 年時代の社会人基礎力」とは、これまで以上に長くなる個人の企業・組織・地域との関わりの中で、ライフステージの各段階で活躍し続けるために求められる力と定義されています。能力を発揮するにあたって、自己を認識してリフレクション（振り返り）しながら、目的、学び、統合のバランスを図ることが、自らのキャリアを切り開いていく上で必要と位置付けられています。これらの力も日々の積み重ねであり、少し覚えておきたいキーワードです。



どんなことをするか自分で考えて、自分から行動できる力
まわりの人に働きかけて、まわりの人と協力し合える力
何のためにやるかを決めて、決めたことを行動にうつせる力

今何をやるべきか、何のためにやるのかを見つけられる力
ゴールに向かってどのように進めるか、またそのための準備ができる力
新しいモノや新しいコトを生み出せる力

自分の意見をわかりやすく伝えられる力、相手の意見をていねいに聞ける力
意見のちがいや相手の立場が理解できる力、社会のルールや人との約束を守れる力
自分とまわりの人々と物事のつながりが理解できる力、自分の気持ちをコントロールできる力

それが例えば、どんな時、どんなことなのか？
日常や日々の学習とどう結びついているかなど、
ご家庭で話題にされてみてはいかがでしょうか。