



## 「進路を考える」ということ

### ○どんな人生を理想と考えるか

「将来、何がしたいの?」「あなたの夢は?」決めなさい、と言われても、特にやりたいことがない人は戸惑ってしまうのではないのでしょうか。そもそも「夢」というものは自分の中から自然に生まれてくるものであり、無理矢理ひねり出すものではありません。

実際の進路選択は、「夢を見つける」ことから始まるのではなく、「自分が理想と考える未来の自分の姿」を思い描くことから始まります。「夢」ではなく、「自分が人生で最優先することは何か」を考え自分の価値観を探り、それに沿って進路目標を決めるのです。

具体的には、例えば「仕事で成功したい」「生涯を通じてたくさんの友人がほしい」「偉大な仕事をして世間から尊敬を集めたい」「お金持ちになって贅沢に暮らしたい」「家族とともに不安なく仲睦まじく暮らしたい」などです。

### ○なぜなぜ分析

「人生の最優先事項」を考えた後、自分がそう思う理由を自分に問います。5回「なぜ?」をくり返してみましょう。例えば次のような感じです。

「仕事で成功したい」

「なぜ?」➡「かっこいいから」

「なぜ?」➡「仕事で成功している人をSNSなどで見るといいなと思うから」

「なぜ?」➡「フォロワーが多いし影響力があるから」

「なぜフォロワーが多くて影響力があることがいいと思うの?」➡「自分に自信が持てるように思うから」

「なぜ自信を持ちたいの?」➡「自信を持てると人生が楽しくなるから」

以上、あくまでも例ですが、「なぜ?」の問いに、素直に正直に答えることで自分の気持ちを掘り下げることができます。これが「なぜなぜ分析」です。

この場合だと「自信を持てるようになる」ことが自分にとっては大事なことになるのだとわかります。

さらにそのそのために、何をどう選択すればいいかを考えます。

つまり、「どんな仕事ならできそうか」「収入はどれくらい欲しいのか」

「どこで暮らすのか」「休みがどれくらいあれば頑張れそうか」

「収入と余暇時間のどちらを優先にするのか」

「絶対にやりたくないことは何か」などを突きつめていきます。

その上で条件に合った仕事を見つけるというやり方なら、将来の仕事の候補の幅は広がるのではないのでしょうか。自分の価値観を知るために、まずはやってみてください。

