

中高生のための ライフデザインセミナー

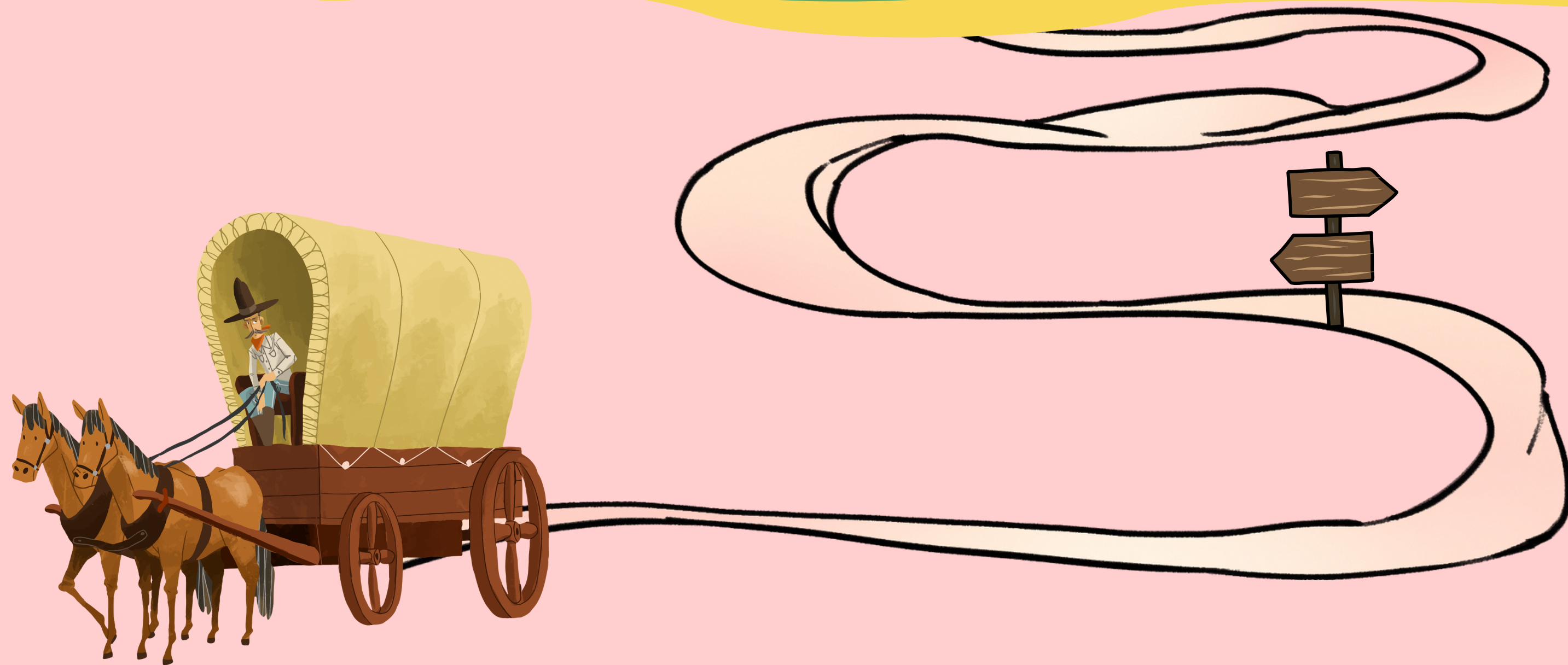


コーチング研修会社ドリームフィールド
(一財)生涯学習開発財団認定プロフェッショナルコーチ
国家資格キャリアコンサルタント
阿部侑生



「キャリア」とは何か？

キャリアの語源は「わだち」
馬車が通った後にできる「道」のこと





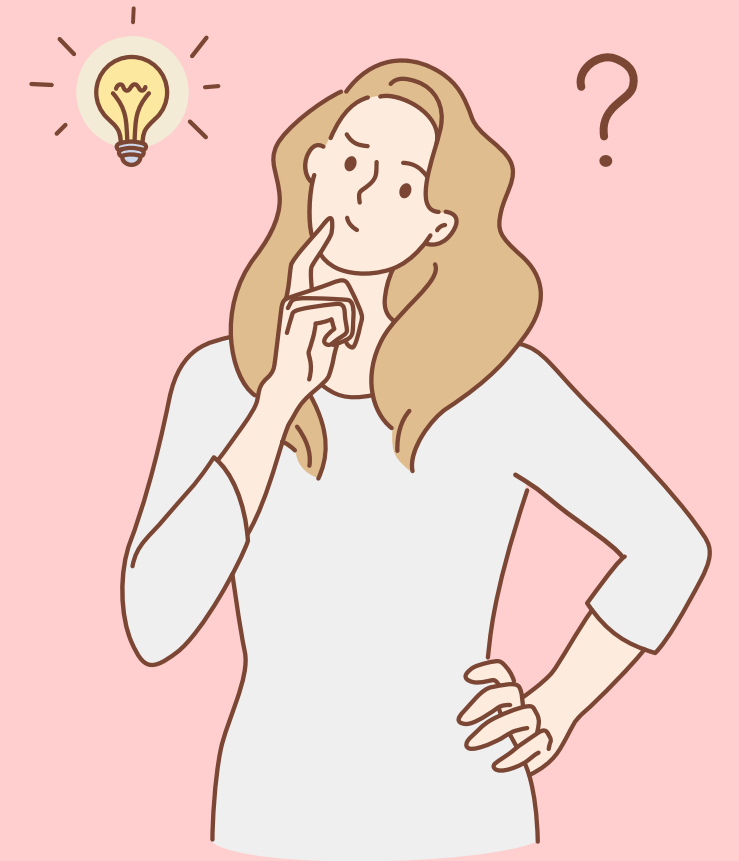
**その人がこれまでたどってきた経歴や
生涯のことも含むようになった**



仙台市内のT中学校の夏休みの宿題



あなたにとって
「仕事」や「人生」とは
どんなものですか？



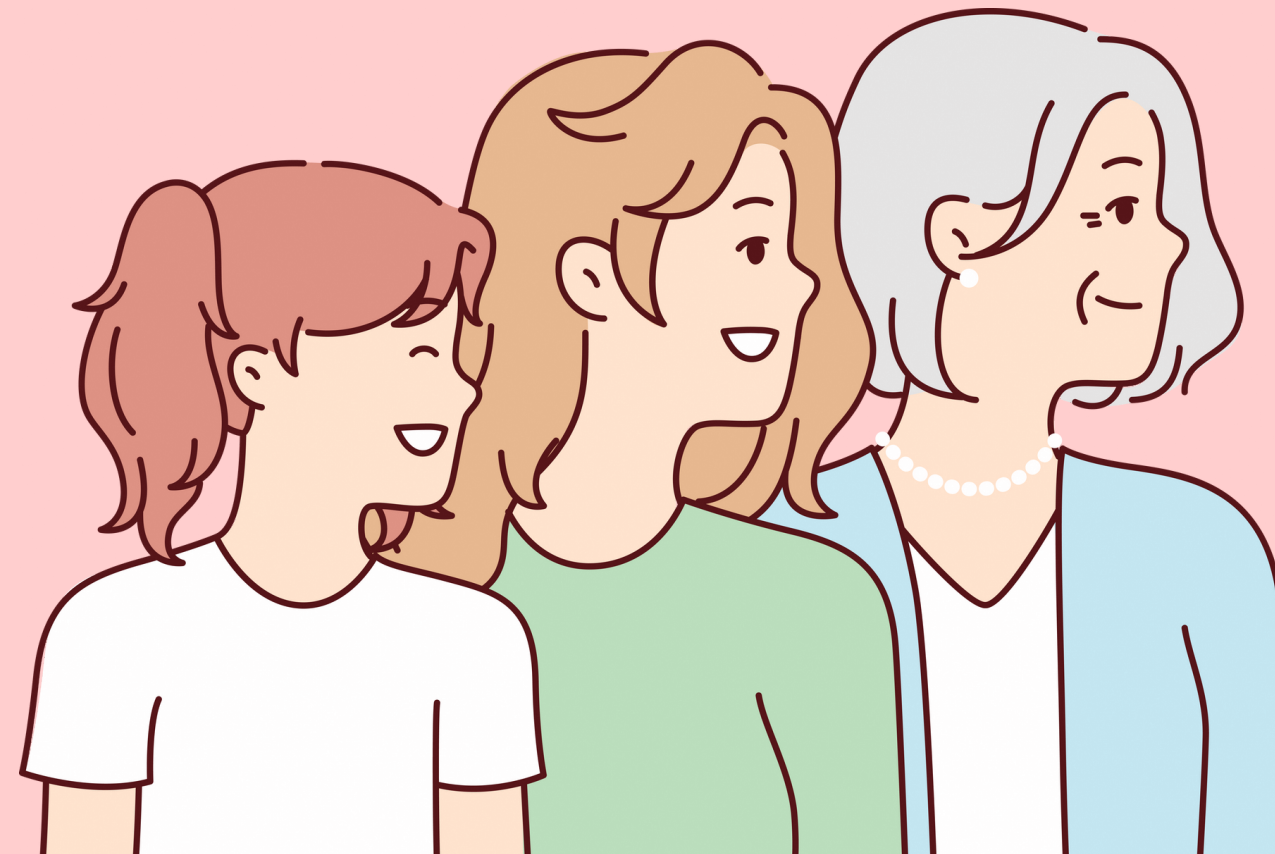
大人たちに聞いてみよう！



人はそれぞれ感じていることが違う



キャリアは「人生そのもの」です
その人自身の考え方が生き方に
深く結びついているのです



今日は、あなたがこれから
どんな生き方をしていきたいのかを
みていきましょう！



未来が予測できない時代



VUCA時代

Volatility (変動性)

Uncertainty (不確実性)

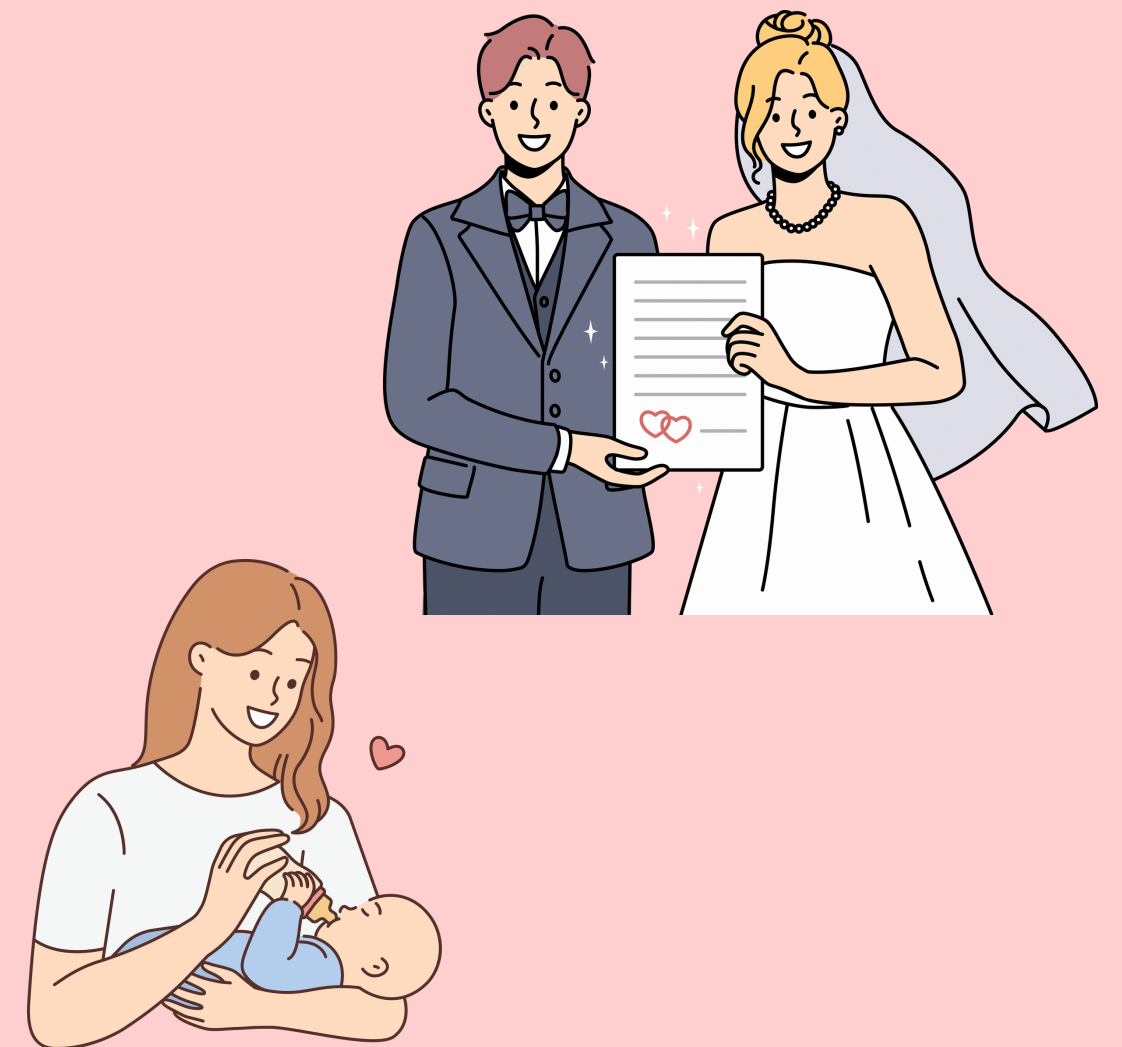
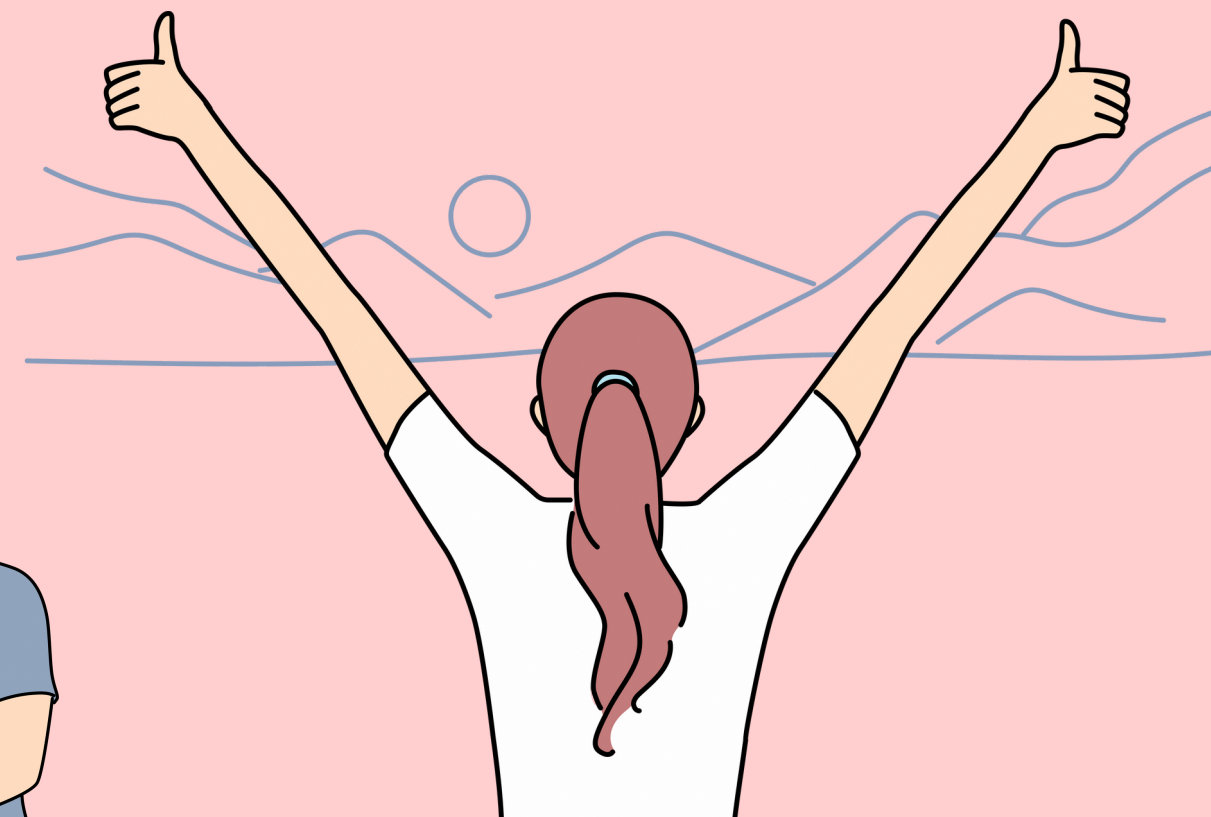
Complexity (複雑性)

Ambiguity (曖昧性)



**地球温暖化、コロナ、高齢化、少子化、
災害、戦争など、「答えのない問題」が山積み！**

どんな人生を生きたいのか、
自分で考えて、決めて、
納得のいくものにしてしていこう



「主体的に生きる」

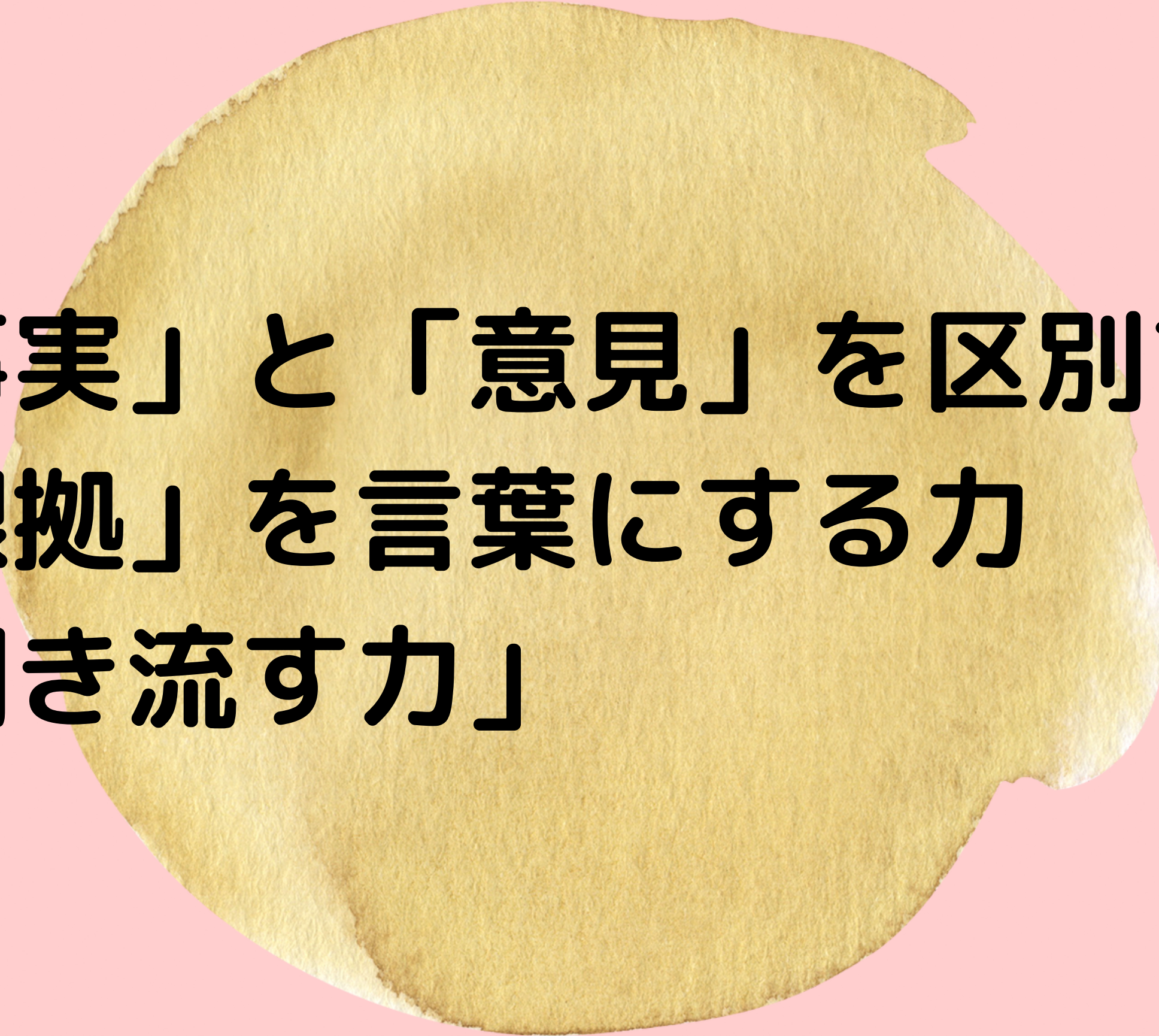


自分で考えて、決断する

他人軸ではなく自分軸の生き方



ブレない「自分軸」を育てるには
どのようにすればよいか
(自分で考え、決断する人になるために)

- 
- ① 「事実」と「意見」を区別する力
 - ② 「根拠」を言葉にする力
 - ③ 「聞き流す力」

①事実と意見を区別する力

オランダの学校では、
「事実」なのか、
それとも誰かの「意見（解釈）」
なのかを区別する力を身につける
授業をしています



例えば「地球は丸い」

これは、事実？意見？



「地球は丸い」

これは、事実！



こちらは？

「地球は美しい」



「地球は美しい」

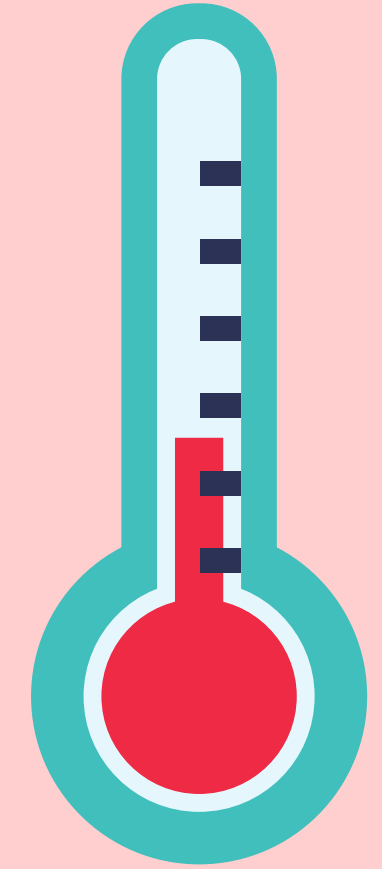
こちらは意見です



**「事実」は、
データなどで根拠を示せること**

**「意見（解釈）」は、
その人の経験や視点に
基づいた解釈**

Q1.今日の気温は？



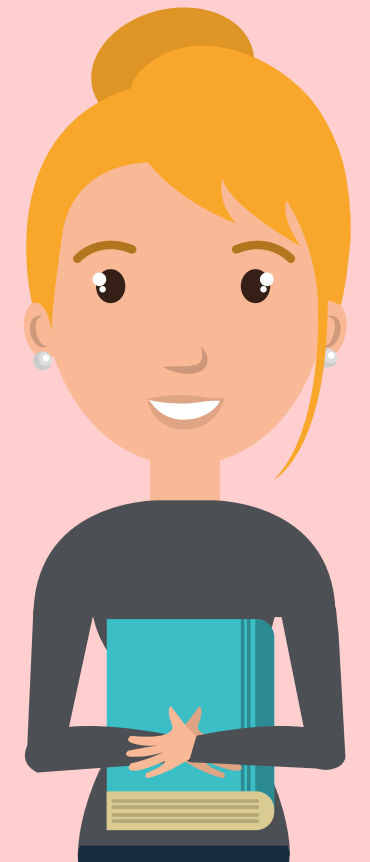
A.【事実】 20度です

【解釈】 暖かいです

Q2. あの人は何歳？

A. 【事実】 33歳です

【解釈】 若いのです



「暖かい、若い」
これは感じ方が人によって違うので
意見です



〇〇さんはひどい人だ！

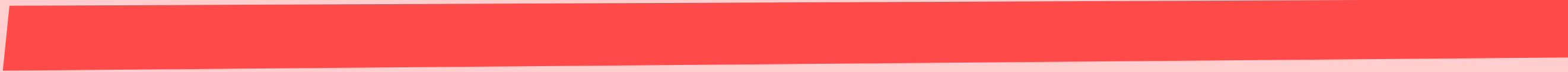
△△さんはダメな人だ！

という噂を聞いた。

これは？

ちなみに大谷選手は、

「二刀流？ そんなのやめとけ」



と、ほとんどの人に言われたそうです。

それは本当なのかな？
と疑ってみる。

真に受けしないで、考えてみる。



ものの見方はみんな違う。

まずは、
「それは事実？
それとも誰かの意見？」
を意識してみましよう。



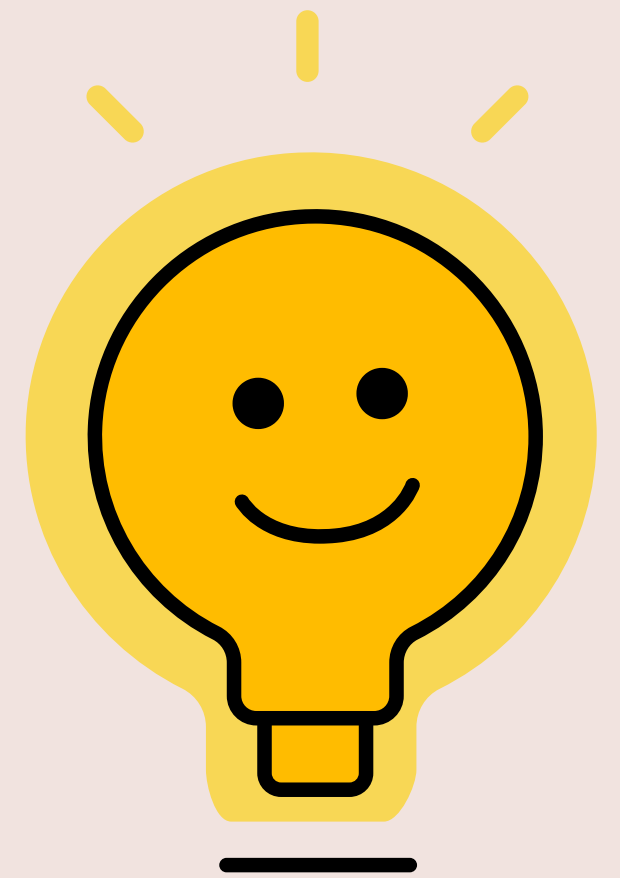
② 「根拠」を言葉にする力

質問：小さな子どもに、
「なんで勉強しないといけないの」

と質問されたらなんと答えますか？



勉強することの
メリットとデメリットを、



最低3つ以上、
それぞれ紙に書き出してみましよう

その上で、自分の考えを伝える

③聞き流す力

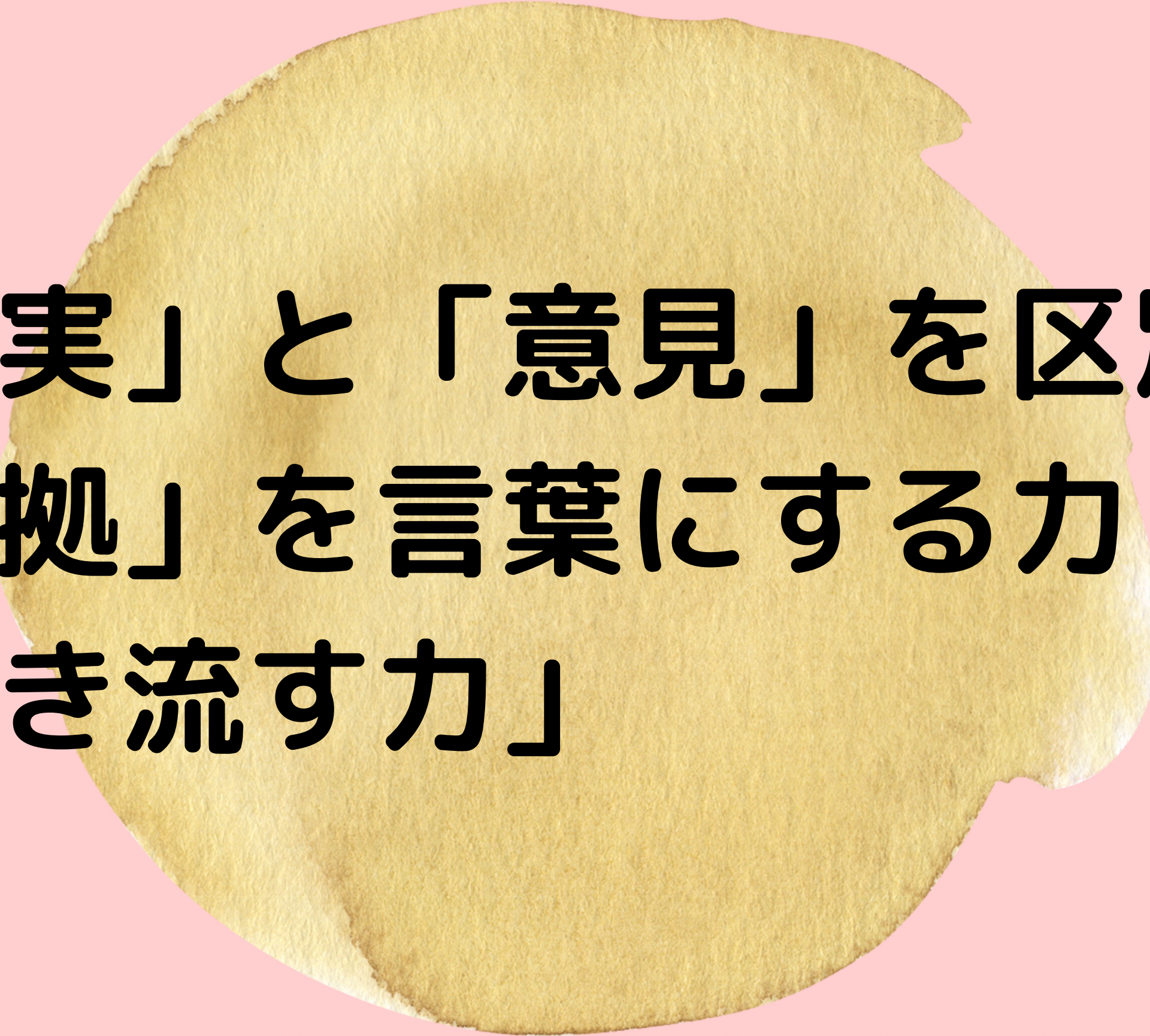
適切でないとしたら、大谷選手のように
思い切って「聞き流す力」が大事。

私はなぜ、この仕事がしたいの？

私はなぜ、この大学に行きたいの？

(自分で考えて行動すれば

失敗しても経験が宝物になるはず！)

- 
- ① 「事実」と「意見」を区別する力
 - ② 「根拠」を言葉にする力
 - ③ 「聞き流す力」

口に二画ゲーム

口と言う漢字に2画足して
できるだけたくさん漢字を
書いてください。

例えば「田」など

口に2画の漢字は

田、	目、	申、	甲、	由、	囚、	白、
石、	右、	叶、	古、	占、	台、	叱、
叩、	兄、	只、	史、	号、	旬、	司、
可、	加、	旧、	旦、			