

進路選択の決断に迷ったら

あなたは自分がどんな価値観を大切にしているか、考えた生活したりしているか気づいているでしょうか。重大なことや、自分の将来について決断しなくてはならないときに、自分が何を大切に、何に価値をおいているのかわかっていると、たとえ迷ったとしても、自分の指針で決断できます。何を選ぶと正解かということは人によって違います。大切にしたいものは人によって違うからです。

今回は自分の将来の方向性を選ぶうえでの、自分の中の譲れない価値観に気づくメントレを紹介しましょう。どの学校を選ぶか、何科に進むか、就職はどうするかは大きな別れ道です。このメントレは、前もって決断するための準備として行うと、「自分はこういうことを大切にしたいからその方向で仕事をしよう」と自分の指針を確認できます。

大切な価値は一つではない

価値の基準は一つではありません。同じ人でもいくつかの価値を大切にしています。ときには、相反するものの両方に価値をおいていることもあるでしょう。大切なのは、「こうあるべき」と答えをみつけないのではなく、自分に合った答えをみつけることです。そして、価値は人によって違うことを理解することです。自分にとって大切でも、ほかの人にとっても大切なものだとはいえないのです。

人生は決断の連続です。いま何をするか、将来どのように生きるのかということまで、大人になるにつれて決断することがどんどん増えてきます。進路選択は、初めての大きな決断ともいえるでしょう。大きな決断をするときには、迷ったり悩んだりして当たり前だと思います。このメントレで自分の価値を明確にすると、進路や将来について悩んだときも、考えるための指針となり、決断を助けるのに役立つでしょう。

自分が何に価値をおいているか知る

↓「価値分析カード」116ページへ

①

「価値分析カード(116〜117ページ)から、大切に思うカードを半分選びます。半分は捨てます。」

「こっちは必要…」

「こっちは不要だな捨てるなといけな」

不要 必要

③

「高いレベルのカードを見ながら文をつくりまします。」

バランスを大切に

現在を大切にしたい

のんびり

自分を表現する

②

「選んだカードを、価値をおいているものから優先順位で三つのレベルに分けます。」

高 中 低

「高いレベルには何が残ったかな…」

④

「つくった文章を声に出して読んでみましょう。」

「この文を作ることで、進みたい方向が見えてくるよ」

「文章は心にじっくりくるかな」