

私の人生 これまで・これから

- 《ワークの目標》 1. 自分の人生を意識し直してみよう。
2. 友だちの人生を聴いてみよう。

*ここでは、以下の2点について説明します。

- ①このワークは、皆さんが自分のキャリアを少し深く考えるためのワークです。その意味と効果について説明します。
②担任の「私の人生 これまで・これから」を発表します。それも含めた進め方を説明します。

《キャリア学習の意味》

キャリア学習（教育）は、キャリア発達理論に基づいて自分のキャリア形成について学ぶことです。ここでいうキャリア（career）とは、「人生の一連の出来事」*という意味です。つまり、キャリア学習とは「大学進学」「就職」という人生の一時期的なことだけを近視眼的に考えるのではなく、「生まれてから死ぬまでの自分の人生の全体」を考えることです。自分はどんな人生を歩きたいのか、何を大切に生きていくのか…などをじっくりと考えることから始めて、その自分の人生を築くために、どんな仕事に就くのか、そのために高校や大学で何を学ぶのかを考えることです。

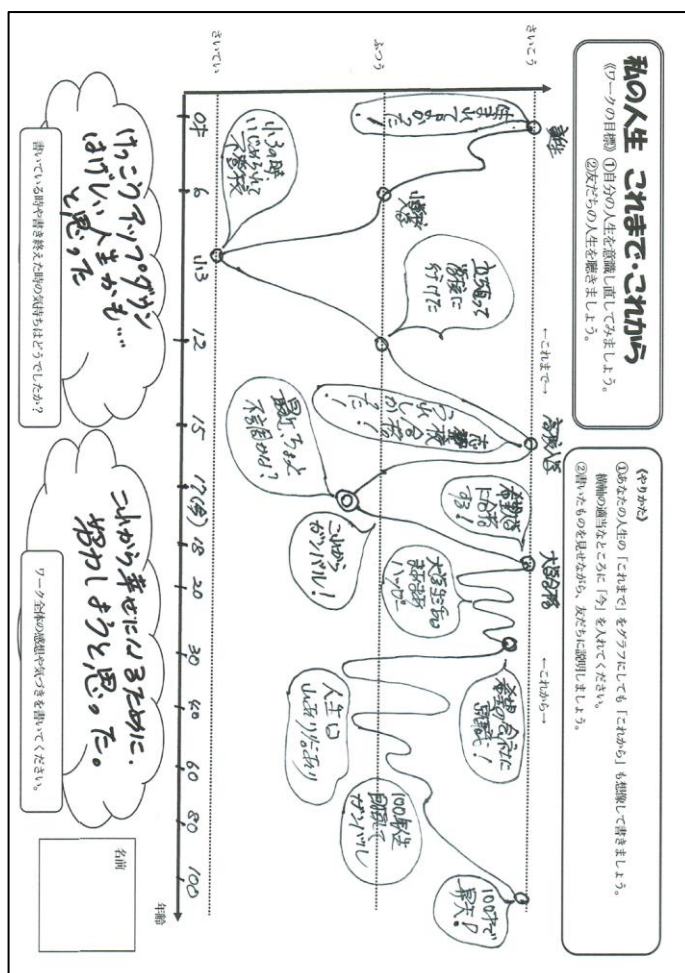
しかし私たちは、自分のことを全部わかっているわけではありません。自分が他人とどう違うのかも、ちゃんとは理解できていないのではないのでしょうか。そこでキャリア学習では、自分の人生を振り返ることを重視します。自分の過去を振り返ると、いろいろな体験をし、さまざまなことを感じてきました。それらを振り返り、言葉にしたり、同時に、友だちや異なる世代の人の話を聞いたりすることで、自分と他人との違いがはっきりしてきます。こうして私たちは、他者との比較を通して自分自身をより深く理解していきます。

今回は「私の人生 これまで・これから」という題名で自分の人生をグラフ化することで、自分の人生を振り返ります。誰でも不幸が続いていると感じているときは「自分の人生は不幸だらけだ」と感じがちです。しかし、冷静に振り返ってみると、そうではないことに気づくものです。他の人の人生を聞かせてもらえると、他の人もいろいろと苦労していることがわかります。それらの体験があなたの人生を少し見つめ直すことにつながることを期待しています。このような「振り返る→気づき」や「自己開示」がキャリア学習には不可欠です。このワークはその第一歩です。積極的に取り組んでください。

《担任の「私の人生 これまで・これから」》

最初に担任が黒板に大きく掲示した「私の人生 これまで・これから」をもとに話します。大人の「私の人生 これまで・これから」の話聞くことは稀だと思いますので、真剣に聞いてください。そして、自分が「私の人生 これまで・これから」を書く際や、友だちに説明する際のモデルにしてください。担任も個人的な体験を話します。話が終わったら、拍手をお願いします。

そのあとは、ワークシートに書いてあるとおりに進めてください。



*アメリカのキャリア研究者ドナルド・E・スーパーの定義。