

キャリアアサポーター だより

【第21号】 令和4年(2022年)3月1日 発行

県立川崎高等学校 キャリア支援グループ キャリアアサポーター 川勾秀彦



卒業 おめでとうございます

令和3年度(2021年度)卒年次生のみなさん
卒業を心よりお祝いを申し上げます。世界の歴史の大きな転換期を生きていくみなさんに、これからの人生できっと役に立つ情報を紹介して、はなむけにしたいと思います。
1年次生・2年次生もぜひ読んでください。



木の枝とみるか、花咲く前のつぼみとみるか。つぼみは固いほど、咲く前は美しいという。川崎の春はもう目の前。季節を大切にしていね。

人生の生き方のコツ

① 自分で選択した道が一番正しい選択

みなさんは進路の選択をして、この川崎の地を旅立とうとしています。これからの人生は「選択」の連続です。しかし「選択」には後悔することもあると思います。「もっと〇〇すればよかった」「やっぱり〇〇の方がよかった」・・・でも、それは違います。自分で選んだのなら、今、進んでいる道が一番正しい選択なのです。なぜなら「人間には自分で選択した道なら、可能性を最大限発揮することができる本能」があるからです。これを「実現傾向」と呼んでいます。自分で選択することを大切にしましょう。

② これからの生き方は柔軟さと行動力

続いている新型コロナウイルス感染症の影響で、オンラインが当たり前になりましたね。わずか数年前では考えられませんでした。現代社会はちょっとしたきっかけで大きく変わります。時にはこだわりも大切ですが、環境に合わせて、自分をやわらかく変化させながら生きていきましょう。この考え方を「プロティアンキャリア」と言います。また「好奇心」「冒険心」「持続」「ポジティブ」「柔軟」の5つの姿勢を大切にしていれば、偶然の出来事や出会いで、生き方は決まってくる。この考え方を「ブランド ハップンスタンス セオリー」と言います。何やら難しい名前ですね。興味のある人は調べてみてください。人生をいきいきと過ごせる生き方のコツが見えてきます。※高校生のみなさん向きにわかりやすく説明しました。

③ 他者の人生と自分を比較することは時間のむだ

ネットの発達で他者の生き方や考えがよくわかるようになりました。中には参考になることもあるでしょう。しかし、他者の仕事はどうだ、年収はいくらだ、学歴はなにで、勝ち組負け組だとか、何かと自分と他者を比較すること。それは、人生には何の役にも立たない全くむだな時間です。他者ではなく過去の自分と今の自分を比較するのは。その方がずーと人生には大切なことなのです。

困ったとき、悩んだときの解決法



困ったり悩んだときは、遠慮しないで早めに誰かをたよりましょう。でも友人や家族に話しにくいことはありますよね。そういったときには、専門の相談窓口を利用しましょう。秘密を守って話を聴いてくれるはずですよ。

相談先を探すときのキーワードを紹介しましょう

 検索

① 学校生活、生き方、人間関係に悩んだとき、困ったとき

あなたが大学や専門学校に通っていて、校内に「学生相談センター」などがあるときはどんどん利用しましょう。また県や市の「青少年相談センター」というところでも相談を受け付けています。また、こちらのWebサイトの利用もお勧めします。いろいろな相談方法を紹介しています。

■まもろうよこころ <https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

■SOS相談窓口 https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm



② 就職先、働く場所探しをしたいとき、困ったとき

ネットもいいけどおすすめですよ！

これから働きたいと言ったときに困ったときの相談窓口は「ハローワーク」や「若者サポートステーション(サボステ)」です。仕事先を紹介するだけでなく、相談員が話を聴いてくれたり、就職に必要な学びもできます。また、仕事や進路、生き方について相談者に応じてくれる人をキャリアコンサルタントといいます。「キャリアコンサーチ」と検索すると、国に登録されている身近な相談者を探ることができます。(ちなみに私も登録されています)

③ 仕事をしていて悩んだとき、困ったとき

これからの人生で、仕事をしているときに悩むこともあるでしょう。がまんする時代は終わりました。すぐに話を聴いてもらいましょう。働いている場所以外の人にもです。「総合労働相談コーナー」と検索すると相談窓口がわかります。アルバイトの人も相談できます。また「こころの耳」というWebサイトもお勧めですよ。心の健康(メンタルヘルス)に関するいろいろな情報を知ることができます。

■こころの耳 <https://kokoro.mhlw.go.jp/>



卒業生のみなさんが、これからのいきいきとした人生を歩まれることを、神奈川県立川崎高等学校の進路相談室から全力応援しています。

