

新年あけましておめでとうございます
本年もどうぞよろしくお願いたします！




新しい一年を自分の言葉で歩きはじめる

さあ、新しい年が始まりました。年始は「今年は何を頑張ろう」「どんな自分でいたいだろう」と、自然と未来に目が向くタイミングでもありますね。

昨年8月から12月まで、・リフレッシュ・インプット・アウトプット・定着・そして、整えるというテーマでお届けしてきたキャリア開発のシリーズで、大切にしてきたのは、「急がず、自分の感覚を取り戻しながら、キャリアを育てること」。新年は、その延長線上にありながらも、いったん白紙に戻して考えてみるのにも最適なタイミングです

「目標」より先に問いを持つ

新年というと、目標設定を思い浮かべる方も多いかもしれません。けれど、いきなり「やること」を決めなくても大丈夫です。まずは、こんな問いを自分に向けてみてください。

-  この一年、どんな瞬間に「手応え」を感じたい？
-  何をしているときの自分が、少し誇らしい？
-  忙しさの中でも、手放したくない感覚は何？



これらの問いについて 答えがすぐに出なくても構いません。問いを持つこと自体が、キャリアの舵を自分の手に戻す行為です。

キャリアは「設計」ではなく「対話」で進む！

キャリアは、完璧に計画してから進むものではありません。むしろ、考えながら、迷いながら、言葉にしなから、少しずつ輪郭がはっきりしていくものです。

キャリアメンターとの対話は、

- ✓ 頭の中にある考えを整理する
- ✓ 自分では気づかなかった価値観に出会う
- ✓ 「やりたい」と「できそう」の距離を測る

そんな時間として活用していただけます。

新しい年のはじめに、「何を目指すか」の前に「今、何を大切にしているか」を言葉にする時間を持つてみませんか？

自分自身のワクワクする未来のために
キャリアメンターとの時間を有効活用してくださいね

キャリア相談のご予約はこちらからどうぞ



protean-mentor@protean-career.or.jp

