

ワークシート⑬ ビジョンを描く (Work 42)

学籍番号： _____ 氏名： _____ 実施日： _____ 年 _____ 月 _____ 日

もうすでに自分の将来の夢をもっている人も、まだ具体的な夢を明確にもっていない人も、以下の設問に答えながら、自分の将来について考えて、今よりもっと具体的に描くことに取り組んでみましょう。

1. 自分の将来の夢をもっている人・漠然と考えていることがある人への設問	
① あなたが実現したいのはどのようなことですか？	
② あなたはそれをいつ頃実現する予定ですか？	
③ あなたはそれをどこで実現しますか？	
④ それは誰かとともに実現するものですか？	
⑤ どのようにしたらそれを実現することができますか？	
⑥ それを実現させることは、あなたの人生にとってどのような意味がありますか？	
⑦ 実際に実現できたら、あなたは今と比べてどんな人間になっていると思いますか？(あるいは、どんな人間になりたいですか？)	

2. 目指している職業はあるけれど(もしくは一応目指してはいるものの)、具体的にまだ将来どんなことをしたいかは決めていない(決まっていない)人への設問	
① あなたはどんなことをしているときに充実していると感じますか？	
② あなたが尊敬する人は誰ですか？	
③ その人のどんなところに惹かれていますか？	
④ もしもできるとしたら、どんな生き方をしてみたいですか？	
⑤ あなたがなりたい自分をできるかぎり挙げてみましょう。	
⑥ 自分が現在目指している職業に就いたとしたら、どんな自分になることができそうだと思いますか？	
⑦ あなたが「本当はこれがしたい」と思っていることはどんなことですか？	

じっくり考えて書き出してみる時間は、自分自身の生き方について改めて考える機会となり、新たな自分と出会えたり、何かに気づいたりするきっかけになることもあります。あなたはこのワークに取り組んで、どのようなことに気づきましたか？