

「ライフ・キャリア・デザイン」から考える、就職活動で大事に

時間や経験とともに変化するライフ・キャリア

ライフ・キャリア・デザインと自分らしい進路選択

「自分が共感できる向き合い方」をしてくれる組織を探索するには、自分の中長期的なライフ・キャリアの描き方を知っておくことも重要だろう。自分の想像だけで「どう生き・どう働きたいか」を決めると、自分が望んだ生き方や働く組織に期待した仕事内容・人間関係が、実際と乖離(か)いり)してしまうかもしれない。井口氏の指摘(P35)通り、社会の成り立ちや現実を理解した上で、自分が社会の中でどんな生活・働き方・仕事をしたいか/できるかを考えることが重要であろう。就職活動では企業と対話を重ねることが重要だが、対話を重ねても、入社後のイメージギャップは完全になくせないかもしれない。就職活動が人生の全てを決めるわけではなく、就職後も自分のライフ・キャリア

キャリアデザインの基本

1 キャリアデザインは人生全体の設計であり、職業生活を軸にして、家庭生活や社会活動など、生活全般を視野に入れて設計する。

3 キャリアデザインによって方向性が決まったら、意欲的に行動し、また必要になったらデザインし直す。

を考え続ける構えをしておくのも重要だろう。

ここでは、「キャリアデザイン」※の考え方から、就職活動で大事にしたいことを考えていこう。

キャリアデザインの基本的な考え方は、例えば下図の4点で整理される。1点目は、キャリアデザインは生活全般を視野に入れて描くということだ。2点目は社会の状況を理解した上で、自己決定するということだ。自分のこれまでの経験や生き方とのつながりを客観的に捉えることが大切となる。3点目は、キャリアデザインは生きていく中で修正して良いと考えること。社会は変化していくし、自分の人生の目的も変化していくからだ。4点目は、「キャリアアップ/キャリアダウン」のように捉えないこと。大事なのは自分らしい選択ができているか、自分が幸せに人生を過ごしていると感じられるかである。

2 キャリアデザインは実現不可能な判断をしないために、現実の社会をよく理解し、自分自身の過去の歩み(プロセス)や実績を重視して自己決定する。

4 キャリアデザインには客観的な面と主観的な面があり、基本的にはアップもダウンもしない。

出典：大宮登 他「理論と実践で自己決定力を伸ばすキャリアデザイン講座 第3版」(日経BP,2019)

ライフ・キャリアの考え方を示したスーパーは、「仕事や生活をする状況は、時間や経験とともに変化し、それに応じて自己概念(自分らしさ)も変化する」と主張した(P33)。キャリアデザインは生涯考え続けるという前提を置きつつ、上述したキャリアデザインの基本から就職活動で大事にしたいことを導くならば、次の4点のような整理ができるだろう。

- 1.自分らしく生きていける仕事・働き方を考える
- 2.自分が望む生き方・働き方ができる現実的な選択肢を、客観的に探る
- 3.望む生き方や働き方は変化するの、就職後も自分のライフ・キャリアを考え続ける
- 4.大事なのは自分らしい選択であり、自分らしい選択が自分自身の明るい将来見通しにつながる

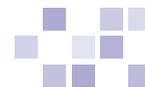
若者の追跡調査の結果を見ると、就職活動において自分らしい進路選択ができたと思っている人ほど、この4点を捉えているようだ。P37のデータは、大学・大学院を卒業し

た若者に追跡調査をした結果である。就職活動を通して「自分らしい進路選択ができた」と感じていた人ほど、就職活動中の行動について、「自分らしく生きていける仕事・働き方を深く考えることができた」と捉えていた(グラフ①)。そして社会への一歩を踏み出した後も、「これからのキャリアを、より充実したものにしたい」と思っている(グラフ③)。さらに「自分の将来について楽観的である」と思っている(グラフ④)。

自分らしい生き方・働き方を選択する意識が、自分のライフ・キャリアを前向きに捉え、明るい将来を展望することにつながっていきそうだ。

続くP38-39では、社会構造が変化し価値観が多様化する中で、若手社会人のさまざまな進路選択の姿と、それに対する本人の振り返りを見ていく。

※「キャリア」とは自分の生き方や働き方を指すが、組織内の昇進や仕事上の地位に注目した「ワークキャリア」と混同されることが多い。「就職白書」ではキャリアの本来の意味を示すため「ライフ・キャリア・デザイン」といった表記をするが、本ページでは出典に準拠し「キャリアデザイン」と表記している。



若者の追跡調査から見える、自分らしい進路選択とライフ・キャリア・デザインのつながり

調査では、大学・大学院(修士課程)を卒業・修了した若者を対象に、「卒業・修了直前」と「卒業・修了後半年経過時」の2時点を追跡。卒業・修了直前時の調査では、自身の就職活動について、どのくらい「自分らしい進路選択ができた」か自己採点してもらった。卒業・修了後半年経過時の調査では、社会人になった後の自身のライフ・キャリアに対する考え方について聞いた。

ここでは、「自分らしい進路選択」に関しての自己採点が「低群(自己採点の点数が全体の下位約25%)」の人たちと、「高群(自己採点の点数が全体の上位約25%)」の人たちを比較。P36で整理した就職活動時に大事にしたいキャリアデザイン視点の4つのポイントに対して、2群の捉え方が異なる様子が見て取れた。

① 自分らしく生きていける仕事・働き方を考える

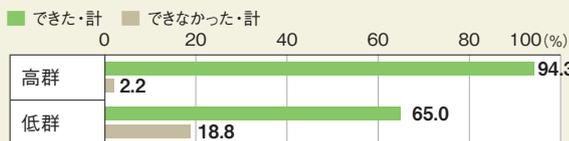
自分の就職活動について「自分らしい進路選択ができた」かについての自己採点が高群の人たちは、低群の人たちに比べて、「自分らしく生きていける仕事・働き方を深く考えることができた」と捉えている比率が高かった。具体的には、高群の人たちでは設問に対して、「どちらかといえばよくできた」「よくできた」「とてもよくできた」のいずれかを回答した人の比率は(「できた・計」)は94.3%であった。それに対して、低群の人たちで「できた・計」を回答したのは、65.0%であった。

社会人

卒業直前時の就職活動振り返り

① 自分らしく生きていける仕事・働き方を深く考えることができた

※卒業後半年の社会人・回答者全体/単一回答



「自分らしい進路選択ができた」高群：n=230 「自分らしい進路選択ができた」低群：n=260

② 自分が望む生き方・働き方ができる選択肢を、客観的に探る

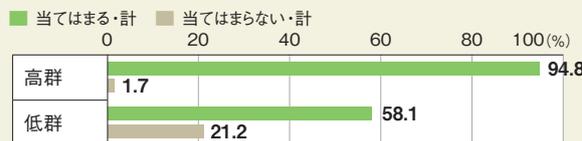
自分の就職活動について「自分らしい進路選択ができた」高群の人たちは、低群の人たちに比べて、「自分が望む進路の実現可能性を客観的に判断した上で、自分の進路を決めることができた」と捉えている比率が高かった。高群の人たちの「当てはまる・計」の回答率は94.8%、低群の人たちでは58.1%であった。また、高群の人たちでは「全く当てはまらない」「当てはまらない」「やや当てはまらない」にいずれかを回答した人(「当てはまらない・計」)は1.7%であったのに対し、低群の人たちでは21.2%であった。

社会人

卒業直前時の就職活動振り返り

② 自分が望む進路の実現可能性を客観的に判断した上で、自分の進路を決めることができた

※卒業後半年の社会人・回答者全体/単一回答



「自分らしい進路選択ができた」高群：n=230 「自分らしい進路選択ができた」低群：n=260

③ 望む生き方や働き方は変化するので、就職後も自分のライフ・キャリアを考え続けることが重要

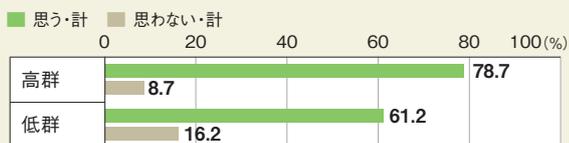
自分の就職活動について「自分らしい進路選択ができた」高群の人たちは、低群の人たちに比べて、「これからのキャリアを、より充実したものにしたいと思う」と捉えている比率が高かった。具体的には、高群の人たちでは設問に対して「思う・計」の回答率が78.7%であったのに対し、低群の人たちでは61.2%であった。

社会人

卒業後半年経過時の今後のキャリアデザインへの考え方

③ これからのキャリアを、より充実したものにする

※卒業後半年の社会人・回答者全体/単一回答



「自分らしい進路選択ができた」高群：n=230 「自分らしい進路選択ができた」低群：n=260

④ 大事なことは自分らしい選択であり、自分らしい選択が自分自身の明るい将来見通しにつながる

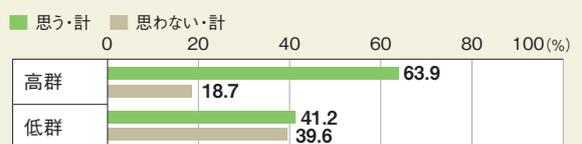
自分の就職活動について「自分らしい進路選択ができた」高群の人たちは低群の人たちに比べて、自分の人生・生活の展望について「自分の将来について楽観的である」と捉えている比率が高かった。高群の人たちの「思う・計」の回答率は63.9%。低群の人たちでは41.2%。また、高群の人たちの「思わない・計」は18.7%であったのに対し、低群の人たちでは39.6%であった。

社会人

卒業後半年経過時の自分の生活・人生についての展望

④ 自分の将来について楽観的である

※卒業後半年の社会人・回答者全体/単一回答



「自分らしい進路選択ができた」高群：n=230 「自分らしい進路選択ができた」低群：n=260