

自己理解

職業理解

について
考えよう！

全日制3年生、定時制4生の皆さんにとっては、進路を選択する大切な時期になります。高校卒業時の進路は進学や就職によって違いますが、進学したとしてもいずれ「働く」ことになります。高校生活を振り返り、自分の「長所は何か」、自分は「何ができるか」「何をしたいか」、自分には「どんな仕事に向いているのか」について考えることが大切です。その上で、社会に「どんな仕事があるのか」「どうすればその仕事に就くことができるのか」などを調べ、自己の職業選択につなげましょう。

自分を知ることを「自己理解」と言い、職業を知ることを「職業理解」と言います。自己理解は自分の長所や強み、改善しなければならぬ短所、自分では気付かなかった癖や価値観などを知ることが大切です。

職業を理解するのであれば、興味のある仕事や、やってみたい仕事。また、よく周りの人に「あなたに向いていると思うよ」など言われたことがある仕事などがあれば調べてみましょう。今まで自分では気付かなかった、さまざま発見があるかもしれません。

仕事を詳しく調べることによってさらに興味が深まることもあるでしょう。逆に私には合わないと思うこともあるかもしれません。希望する仕事に資格が必要な場合もあります。今まで知らなかった仕事の内容を知ることによって具体的な目標や希望が見えてくるのではないのでしょうか。

以上のことを踏まえた上で「自分を知る」「職業を知る」の各項目を書き出してみよう。自己理解・職業理解について考えてみましょう。新たな気付きや発見が、働くことの意識を高めていくひとつのきっかけになるのではないのでしょうか。また、採用試験の志望動機や自己アピールなどを考えるときにも、とても役に立ちます。

これから始まる就職活動の第1ステップとして考えてみてください。

自分を知る

【長所や強みを探そう】

- ・地域の活動に参加している
- ・部活や習い事を長く続けている
- ・いつもニコニコしている
- ・自信のあることがある
- ・困っている人がいると、つい声をかけてしまう
- ・資格を持っている・・・

例えばこんなこと・・・

【改善しなければいけないと思うこと】

- ・声が小さい
- ・挨拶が上手くできない
- ・姿勢が悪い
- ・敬語が上手く話せない・・・

【職業について】

- ・将来就いてみたい職業がある
- ・興味のある職業がある
- ・自分に合っていると思う職業がある
- ・友人や周りの大人から、「あなたに向いているよ」などと、すすめられた職業がある・・・



職業を知る

【どんな職業があるか知っていますか】

01 管理的職業 02 研究・技術の職業 03 法務・経営・文化芸術等の職業 04 医療・看護・保健の職業 05 保育・教育の職業 06 事務的職業 07 販売・営業の職業 08 福祉・介護の職業 09 サービスの職業 10 警備・保安の職業 11 農林漁業の職業 12 製造・修理・塗装・製図等の職業 13 配送・輸送・機械運転の職業 14 建設・土木・電気工事の職業 15 運搬・清掃・包装・選別等の職業
※厚生労働省編職業分類表（令和4年版）から

【職業の内容について知っていますか】

会社は通常、いくつかの仕事に分かれています。希望の会社に入ったからといっても必ずしも希望の仕事に就けるとは限りません。（職種を限定した採用は除く）

【興味のある職業はありますか】

興味のある仕事が自分にとって向いているのか、周りの人に聞いてみたり、自分の長所や強みなどを書き出し、合うかどうかなど考えてみましょう。

【どうすればその職業に就けますか】

その職業には、資格や経験が必要ではありません。もし、その仕事を希望するのであれば資格取得のため、計画的にスケジュールを立てましょう。