

# サポステの日常

キャリアコロ・アドバンス女子会編

サポステでは、定期的にコミュニケーションの練習をするプログラムを開催しています。そこでは、日常的なことやこれからのことなどを参加者で話し合い、いろんな価値観にふれながら、人と話せる場所です。そんな場所を女性限定で開催しているプログラムが『キャリアコロ・アドバンス女子会』。ここでは、女性だけだから語られるやりたいことや叶えたいことが話されます。先日開催された中で語られている“らしさ”を少しのぞいてみましょう。

**B**さん

今まさしく悩んでいるところで……。大きく言うなら働きたい。今までが特殊な環境にいたのもあるので、逆に、正社員で自分の休みがある環境にしてみたい。「普通になりたい」というのが目標かな。あと、もう一つあって、私も精神的にしんどい時があるんで、社会から見たら息苦しさを感ずる人たちが、交流する場とか、発信する場が作れたらいいのになって。うん、勉強してそういうところで働くのも……その2つで悩んでるかな。

**C**さん

仕事したいです。今はアルバイトなので、しっかり就職できたらいいな。でも、こういう仕事に就けばいいか、っていうのは今まささらな状態で。仕事以外で言えば、趣味でいうと、『刀剣乱舞』が好きなので、日本刀がある場所を全国、見に行きたくて巡ったりしたい。

**D**さん

私は、普通の人になりたいです。普通に正社員になって、仕事して、休みもあって、趣味もできて……になりたい。今はアルバイトもしてないので、とりあえず今は何かしたい。仕事以外では、一人旅を、日本全国してみたいです。あと、ロンドンに行ってみたい。それから、小さな夢だと、今年の夏、かき氷食べたい(笑)。夏祭りとか、夏らしい季節のイベントにも行きたい。

**E**さん

私も、アルバイトして、って思うんですけど、一歩が踏み出せない。それでへこむ。それ以外は、スペインに行きたいです。サグラダファミリアを前見に行っただけですけど、未完成だったんですよ。せっかくだから、完成した姿を見てみたいかなって。そのためには、飛行機に乗ることが必要なんで、乗れるようになりたいなって。前は、電車にも乗れない時期があったんで、今は乗れるんですけど、それ考えたら飛行機って結構チャレンジなんです。

**A**さん

私はいつか、カフェを開きたいと思ってます。今も、カフェめぐりが好きなんですけど、どちらかというと静かな場所で、こういうところ(女子会)みたいに、話すことが苦手な人も話せるような場所にできたらいいのかな、って。あと、絵が好きなので、自分の作品を売りたいと思ってます。今も、ポストカードとか作って売り始めてるので、じわじわ実現できてはいます。

**G**さん

やりたいこと、夢はあるけど……何をやるにも、お金が必要で、そのためには仕事しなきゃいけないけど、どうしたらいいかわからなくて……。うーん。

**F**さん

私も、仕事したいです。アルバイトは始めたんですけど、飲食関係の仕事がしたいなと思っていて。今のバイトも関係はしてるんですけど、でもちゃんと製造とかの仕事をしてみたい。あと、家にいることが多くて家事をしていることが多かったんで、成分表とか読めるんです。食生活アドバイザーとかなら、生活にも活かせるのになって。夕食作ったりしているから、健康面とかに興味があります。ちゃんと知識として結びついたらいいな。

お題！  
今後やってみたいことがありますか？



## 「若者×らしさ」と「自分×らしさ」

「自分らしさ」……みなさまは「のブリーズ」が「自分らしさ」を思い浮かべるでしょうか？

もし何人かでのテーマについて話す機会があれば、ぜひ答えを持ち寄ってみてください。全く同じ答えの方がどれだけおられるでしょうか？ おそらく、少ないと思います。

……「らしさ」を辞書で引くと「人や物事の特徴とあります。では「特徴」とは……辞書で引くと「他と比べて目立つ点」とあります。

これらの情報から少なくとも言えることとして、①「自分らしさ」に対する正解はない ②「自分らしさ」に対する答えは無数にある これら2点は挙げられると思います。

では、「自分らしさ」とはどのようなものが可能性として考えられるのでしょうか？ 「長所・強み・スキル・能力・得意なこと・できること・興味・関心・価値観・考え方・モノの見方やとらえ方……」少し違う見方をすれば、「経験や体験・資格・ロールモデル・座右の銘ややりたいこと・なりたいたい姿……」などが考えられます。「一方で、人によつては、「短所・弱み・苦手なこと・できないこと」を挙げられる方もおられるかと思えます。ここでは詳しくは論じませんが、「特徴」と「特長」は意味合いが異なります。いずれにせよ、これら書き出した

ものは全て「自分らしさ」を構成する可能性のある要素であり、アプローチです。これらの要素が「自分らしさ」を表す言葉だと思えます。そうやって導き出された「自分らしさ」を表す言葉は、状況に応じてその表現に柔軟性が求められることがあります。たとえば、「就職活動」という状況においては「うん、就職活動」活動の主体は「自分」「相手(企業組織)」です。それぞれの主体には、様々な「らしさ」があります。そして、書類や面接などの採用選考プロセスを経て、双方合意・納得のうえで、雇用契約が結ばれます。その根底にあるのは、「らしさ」に対する双方の理解と納得です。その理解と納得のために、会社説明会や会社見学があり、面接で様々な質問が成されます。落とすために面接を実施するのではなく、相互理解を深め相性を量るために面接を実施するのです。

例として「就職活動」という状況を挙げましたが、他にも、日常生活(学生生活・学校生活・家庭・友人や知人とのコミュニケーション・スポーツ趣味・アルバイト……)色々な状況があります。それぞれの状況ごとに先述の要素「アプローチ」「自分らしさ」を考へてみると、「自分らしさ」がより、多面的に奥深く考察でき、そこから導き出される「答え」もより立体的に奥深い「自分

として自分も納得でき、相手にも伝わるものとなります。

最後に、「自分らしさ」を考察するうえで、押さえておきたい考え方として、私が大学サポートにおける実際の支援において、いわゆる自己分析を進める際にお伝えしていることを以下5点、紹介します。

- 自分と他人の「差」ではなく「違い」として考える
- 「うん、自分……」といった思い込み先入観は排除する
- 自分にとっての「当たり前」「ありふれた」は、他人にとつても「当たり前」「ありふれた」だろうか？
- 過去の事実は変えられないが「過去の事実」とらえ方は変えられる。「ネガポジ変換やオズボーンの手エフリストなどを活用する。
- 未来のことを想起する際は、「できない」「前提は排除し」「できる」前提で考える

いかがでしょうか？ 「自分らしさ」に対する特定の正解はないですが、「自分らしさ」に対する答えのなかで「より自分らしさ」として語れる答えはあると思います。どの要素「アプローチ」から「自分らしさ」を考察したか？ ……これも「自分らしさ」です。答えが見つからなくても、その答えを探すプロセスも「らしさ」が出ているものです。

ぜひ、固定観念にとらわれずに、「自分らしさ」を考察してみてください。これまで気づかなかった「自分」に出会えるかもしれませんね。

<寄稿者/プロフィール>  
矢谷 文宏  
京都産業大学 進路・就職支援センター  
京都若者サポートステーション 非常勤キャリア専門相談員

