



記入日： _____

あなたは、これから5年ほどの間にキャリアと人生に何を求めますか？
明らかにするために下記5つの質問に答えてください

氏名： _____

1) キャリアにおける明確な目標が1つ以上ありますか？

(例：昇進、研修を終える、経験を積む、スキルを磨けるプロジェクトを引き受けるなど)

2) どれだけ意欲がありますか？

(例：最高レベルに到達するための基礎を築くか、現在のレベルを維持するか、その中間か)

3) もし子供がいるなら、親としてどういう役割を引き受けたいですか？

(例：どんな親になりたいか、子育てのどの側面が一番大切か、パートナーにはどんな役割を引き受けてもらいたいか)

4) パートナーとの関係において、どの側面が一番大切ですか？

(例：2人の人生において時間やお金をかけて続けたい特定の活動があるか、旅行、スポーツ、趣味、コミュニティでの活動など)

5) 他には、何が大切ですか？

(例：住みたい国や地域があるか、今から始めたい、あるいは続けたいと思う余暇の活動などがあるか、仕事以外の望みはあるか)



デュアルキャリアモデルを選んでください。

<キャリアの優先順位の3つのモデル>

<子育ての3つのモデル>