**今後のわたしの働き方　～振り返り～**

　　　年　　月　　日

氏名

　　****

**◆内的キャリア（第１回キャリア講習より）**

　私が仕事をするうえで大切にしてきたことは、

　今後、私が仕事をするうえで大切にしていきたいことは、

**◆強み（第２回キャリア講習より）**

　私の強みは、

今後、職業生活において活かしたい強みは、

**◆価値観（第３回キャリア講習より）**

　私が職業生活や人生において大切にしたい価値観は、

　今後、職業生活や人生において自分の価値観とうまく付き合っていくために気をつけたいことは、

私のキャリア・アンカーは、

　今後の職業生活で自分のキャリア・アンカーとうまく付き合っていくために気をつけたいことは、

**◆役割（第４回キャリア講習より）**

　私に寄せられている役割から生じている課題は、

今後、役割から生じている課題に対する対処法として取り組みたいことは、

**◆振り返り（第５回キャリア講習より）**

「安定して（うまくいって）いるとき」と「安定して（うまくいって）いないとき」の違いで気づいたことは、

今後、「健康的で安定した職業生活」のために自分自身で気をつけたいことは、

****