



# 選択肢の後日談 (スタート~25歳)

## SAMPLE

	A	B	C	D
あ	<p><b>10 ②</b></p> <p>会社生活のことから、取引先の裏情報まで色々話を聞いた。</p> <p> 1  2</p>	<p><b>4 ①</b></p> <p>「電話をとるのは新人の仕事だ!」と先輩から怒られた。次からはがんばってみよう。</p> <p> -2</p>	<p><b>21 ②</b></p> <p>うわのそらで仕事をして、重要書類の作成ミスを連発。反省。</p> <p> -1</p>	<p><b>10 ①</b></p> <p>気の合う人とは楽しく話ってきたが、話すネタも尽きてきて、ちょっと飽きてしまった。</p> <p> 1</p>
い	<p><b>16 ②</b></p> <p>「誰でも辞めたくなくなるときはあるよ」と言われ、気分がホッとした。今の会社でがんばろう!</p> <p> 2  1</p>	<p><b>7 ①</b></p> <p>もらったばかりなのに、あっという間に使い切った。</p> <p> 1</p>	<p><b>8 ②</b></p> <p>「あいさつや報告がまだ足りないんじゃない?」と言われて、自分にも原因があると気づいた。</p> <p> 1  1</p>	<p><b>14 ②</b></p> <p>こちらから名乗ったら、話もスムーズにできた!</p> <p> 1  1</p>
う	<p><b>12 ②</b></p> <p>今まで気づけなかった面がわかってきた。この知識を営業に生かそう!</p> <p> 2  1</p>	<p><b>18 ①</b></p> <p>業務の基本を身につけるためには、きちんとマニュアルを読みおこそう。</p> <p> 2  2  1</p>	<p><b>3 ①</b></p> <p>「なんだ、いつの間に来ていたんだ?」と先輩から怒られた。</p> <p> 2</p>	<p><b>6 ②</b></p> <p>色々な話題で話をしていたら、職場の人ともだんだん打ち解けてきた。気が晴れた!</p> <p> 1  1</p>
え	<p><b>4 ②</b></p> <p>電話対応に慣れなくて、頭の中は真っ白。先輩たちから笑われたが、対応の仕方かわかった。</p> <p> 1  1</p>	<p><b>7 ③</b></p> <p>お金を使いすぎないように、積立預金にしたら?と先輩が教えてくれた。早速やってみよう。</p> <p> 1  2</p>	<p><b>16 ①</b></p> <p>意外と簡単に辞められた。次の会社もなんとか決まった。でもこれによかったのかな…</p> <p>→ 3マス戻る!</p> <p> -1</p>	<p><b>18 ②</b></p> <p>あらためて読むと、日々の業務との違いを発見できて、勉強になった。</p> <p> 2</p>
お	<p><b>21 ①</b></p> <p>入社したが、長時間残業と土日出動でキビシイ~!でもここで頑張らないと。</p> <p> 1  -1  2</p>	<p><b>6 ③</b></p> <p>新人教育担当の先輩なら相談に乗ってくれると教えてもらった。</p> <p> 1  1</p>	<p><b>8 ③</b></p> <p>上司は丁寧に説明してくれた。注意された意味もわかったし、気持ちも軽くなった!</p> <p> 2  1</p>	<p><b>12 ①</b></p> <p>顧客から質問を受けると、先輩に頼ってしまう。「自社商品を勉強しなさい」と先輩に言われた。</p> <p> -1</p>
か	<p><b>3 ②</b></p> <p>「入社したら大声であいさつするんだ!」と先輩から言われた。</p> <p> -1</p>	<p><b>6 ①</b></p> <p>職場の人とは毎日顔を合わせるの、このままではつらい。自分から行動を変えてみよう。</p> <p> 1</p>	<p><b>14 ①</b></p> <p>相手から急に話しかけられて、ちくはぐな返事をしてしまった。自分から名乗ればよかった。</p> <p> 1</p>	<p><b>3 ③</b></p> <p>おそろおそろあいさつしたら、先輩もあいさつしてくれた。会社の一員になれた気がする!</p> <p> 1  2</p>
き	<p><b>8 ①</b></p> <p>酒を飲んだり、カラオケに行ったり。でも気晴らしにならないし、胃が痛くなってきた。</p> <p> -1  -1</p>	<p><b>15 ③</b></p> <p>ハローワークに行き、相談に乗ってもらえた。今の会社でがんばろうと思った!</p> <p> 1  1  1</p>	<p><b>21 ③</b></p> <p>お客さんにほめられることも多くなってきた。今の会社で自分のキャリアを磨いていこう!</p> <p> 1  1  1</p>	<p><b>7 ②</b></p> <p>両親は思いがけないプレゼントにととても感激していた!</p> <p> 2  1</p>

**スタート**

**1** 新人なのに入社早々から大遅刻。上司ににらまれる。  
👤 -1

**2** 朝から晩まで新人研修でぐったり。同期とはすごく仲良くなった。  
🏠 1 👤 1

**3** 初めての配属先。皆、忙しそうで、声をかけにくい。

**4** 近くの席の電話が鳴った！さて、どうしよう？

**5** 料理も洗濯もやればできる！一人暮らしに自信をつける。  
🏠 1 💰 1

**6** 職場の人と話が合わない気がする。自分の居場所がない。

- ①ガマンする。
- ②思いきって話をしてみる。
- ③同僚・先輩に相談する。

**7** 初任給が出た！何に使おうかな。  
①欲しかったものをどんどん買う。  
②両親にプレゼントを買おうかな。  
③しっかり貯めたい。何か方法はあるかな？

**8** 最近上司から細かく注意される。でも、理由がよくわからない。  
**[全員STOP]**

**9** 先輩の得意先回りに同行。先輩はクレーム対応がすごくうまい。  
🏠 1 👤 1

**10** 社員旅行があり、緊張しながら参加。どう行動する？  
①気の合う人たちと固まって行動する。  
②ふだん接点のない人達と話してみる。

**11** サークルの同窓会。先輩や同級生とたくさん話して気分スッキリ。  
🏠 1 💰 1

**12** 営業には少し慣れた。でも自社商品のことをまだよく知らない。  
①今はまだ新人。特に気にしない。  
②自社製品について一から勉強しよう。

**13** 自分がやった業務改善を上司が認めて、ほめてくれた！  
🏠 1 👤 1

**14** 外で取引先の人とばったり会った。でも名前が思い出せない。  
①会釈して通り過ぎようとした。  
②自分の方から名乗り、軽く会話をした。

**15** 小さな契約を初めてGET！忘れられない思い出になりそう！  
🏠 1 👤 1 💰 1

**16** 今の会社、思っていたイメージと違う。やっぱり辞めようかな。  
**[全員STOP]**

①すぐ辞める！  
②同僚・先輩・友人に相談する。  
③公的な相談窓口に行く。

**17** 素敵な異性に出会った。  
👤 1

**18** 研修以来、久しぶりに「業務マニュアル」が目についた。  
①忙しいので後で読む。  
②ざっと目を通す。

**19** 高額な英会話教材を購入！でも買っただけで満足してしまった。  
🏠 1 💰 -2

**20** 業績悪化で取引先が倒産。ボーナス減少！  
💰 -1

**21** 他の業界の話聞く。給料が高くてあこがれる。転職しようかな？  
①迷うことなく、すぐ転職！  
②転職が気になって今の仕事に身が入らない。  
③転職しない。仕事はこれから面白くなるかも。

**25歳！**  
**(全員STOP!)**  
最初についた人は各ポイント+1!

SAMPLE

# ふりかえりシート

## 「スタート～25歳」をふりかえって…

# SAMPLE

◆「スタート～25歳」で出てきたイベントは以下のように整理することができます。

職業生活			職業外生活
仕事スキル	人間関係	環境条件	
1 新人なのに大遅刻	2 新人研修	5 一人暮らしに自信	
4 電話が鳴った	3 配属先で先輩にあいさつ	7 初任給の使い道	
	6 職場で居場所がない	11 同級生たちと再会	
	8 上司から注意を受ける	17 異性との出会い	
9 先輩の営業に同行	10 社員旅行	19 英会話教材買っただけで満足	
12 自社商品について勉強	13 業務改善をほめられた!	20 業績悪化でボーナス減少	
15 初めての契約ゲット!	14 取引先にばったり会う		
16 会社を辞めようかな…			
18 業務マニュアル再確認			
21 転職しようかな			

25～30歳へ…

# SAMPLE

### 個人ワーク

### 1～3を自分で記入してみましょう

1 左の表をみて、**気になったり、なるほどと思った番号**に○をつけましょう (自分が止まったところ以外でもOK)。

8 最近上司から細かく注意される。でも、理由がよくわからない。

- <選択肢>
- ① 誰にも言わず、一人で悩む。
  - ② 同僚・先輩に相談する。
  - ③ 思いきって上司に尋ねる。

仕事での**困難な場面**が出てきました。

<後日談>

酒を飲んだり、カラオケに行ったり。でも気晴らしにならないし、胃が痛くなってきた。

「あいさつや報告がまだ足りないんじゃない？」と言われて、自分にも原因があると気づいた。

上司は丁寧に説明してくれた。注意された意味もわかったし、気持ちも軽くなった!

★この内容についてどんな感想を持ちましたか。他の対応策の案もあれば書いてみましょう。

3 16 今の会社、思っていたイメージと違う。やっぱり辞めようかな。

- <選択肢>
- ① すぐ辞める!
  - ② 同僚・先輩・友人に相談する。
  - ③ 公的な相談窓口に行く。

会社を**辞めたくなる時**がありました。

<後日談>

意外と簡単に辞められた。次の会社もなんとか決まった。でもこれでよかったのかな…

「誰でも辞めたくるときはあるよ」と言われ、気分がホッとした。今の会社でがんばろう!

ハローワークに行き、相談に乗ってもらえた。今の会社でがんばろうと思った!

★この内容についてどんな感想を持ちましたか。他の対応策の案もあれば書いてみましょう。

### グループワーク

### グループで話し合ってみましょう

4 個人ワーク1～3について、グループで意見を交換し合ってみましょう。また、この「**新人**」期を一言でまとめると、どんな職業生活だったと思いますか?

(例:初めての業務経験、入社前のイメージと現実のギャップを知る、仕事の人間関係を築く…)

応用ワーク こんなときは**どうしますか**? グループで対応策を話し合ってみましょう。

- 6 職場で居場所がない
- 14 取引先にばったり会う
- 21 転職しようかな

### まとめのチェック

最後に、現在のあなたの考え方や気持ちをチェックしてみましょう。

チェック	納得!	?	違う!
1 就職すると、仕事での人間関係や様々な業務経験を通じて、スキルが身についていく。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 仕事上で困ったとき、一人で悩まず、先輩や上司など、周囲の人をたよりにするのよ。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 会社を辞めなくなったとき、すぐ辞めてしまう前に、その理由をよく考えたり、周囲に相談するとよい。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

納得がいけない部分は、なぜそう思ったのかを考えてみましょう。そして、周囲の人に意見を聞いてみましょう。