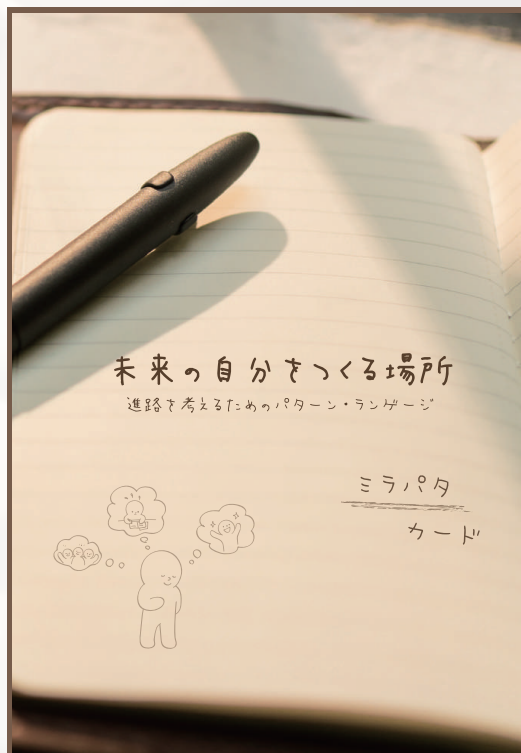




未来の自分をつくる場所(ミラパタカード) Ver 1.0

●カードセットに含まれるもの

- ・表紙/パターンリスト 1枚
- ・パターン・カード 27枚
- ・読み方カード/パターン・ランゲージとは 1枚
- ・実践レベルカード 3枚
- ・取り入れたいカード 1枚
- ・取り扱い説明書(本紙)

●未来の自分をつくる場所(ミラパタ)

- ・本パターン・ランゲージは、株式会社クリエイティブシフトと学校法人河合塾の共同開発によって制作されました。
- ・カードでは、各パターンの概要のみを記載しています。より詳しい内容は冊子版をご覧ください。
- ・本パターン・ランゲージを使って進路を考えるワークショップを実施しております。詳しくは contact@ml.creativeshift.co.jp へお問い合わせください。

【カード制作・販売】
株式会社クリエイティブシフト
<http://creativeshift.co.jp>

未来の自分をつくる場所(ミラパタ)

「未来の自分をつくる場所:進路を考えるためのパターン・ランゲージ」(通称ミラパタ)は、進学や就職を通じ、進路や生き方を考える中高生・大学生・社会人のための「考えるヒント」です。

進路選択の根本は、自分の生き方を考えることであり、その生き方ができる場所を考えること。そのような視点で考えを深め、ひとりひとりが自分がいきたいとできる未来をつくっていけるよう、進路・キャリアをしっかりと検討し、今もその道をいきいきと邁進している先輩たちがしていたことを、27の「言葉」にまとめました。

27の「言葉」には、複数人が実践し意味があったと話してくれた考え方、行動が表されています。実は、これらの経験則は、実践している人をただ見るだけでは、なかなか捉えられません。しかも、実践している本人も意識できていないことがほとんどで、他者にも役立つノウハウとして伝えることができないのです。

そこで、考え方や行動の本質を「言葉」として可視化し、他者と共有できるようにしたのがミラパタです。この27の「言葉」を使って考えたり話したりすることで、先輩たちのノウハウを自然と取り入れていくことができるようにつくられています。ミラパタは、経験則(パターン)をまとめるパターン・ランゲージという方法で言語化されているため、ひとつひとつの言葉は、「パターン」と呼ばれています。

ミラパタを使うと、「未来の自分」を考えたり、その実現の場を探していくことが、ワクワクするものになるでしょう。友達や家族とも話しながら、楽しんで自分の進路を見つけていくお手伝いができればと思っています。

*ミラパタでは、進学と就職を別のもので扱っていません。どちらも未来の自分に向かう機会だからです。そのため、進学したい学校や就職したい会社のことを「志望先」と表現していますので、ご自身の人生のフェーズに合わせて、「志望校」「志望する就職先」などに読み替えてご利用ください。

ミラパタの使い方(例)

●今を理解し、次のステップを探す

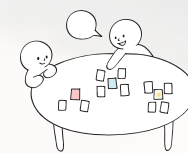
- ① パターン・カード27枚と、3色の実践レベルカードを用意します。
*パターン・カードが多いと感じるときはAのみ、Bのみ、またはCのみの9枚にします。



- ② 実践レベルカード「実践している」「少し実践している」「実践していない」をテーブルに置きます。
パターン・カードを1枚ずつ読みながら、自分がそのカードの内容を実践しているかを考え、該当する実践レベルのカードのまわりに置いていきます。



- ③ 黄色の「取り入れたい」カードをテーブル上に置きます。
「少し実践している」「実践していない」のまわりにあるパターン・カードのなかから、試してみたいものを「取り入れたい」カードに近づけます。



*自分だけではわかりにくい場合は、先生や家族、先輩、友達と一緒に、何を取り入れると良いかを話してみましょう。

- ④ 「取り入れたい」と思ったもののなかから、すぐに取り入れたいものを選び出し、自分ならばどんなふう実践できそうかを考え、明日からの具体的な行動を決め、実践してみます。



●ミラパタを使って、会話をする

ミラパタは、日頃の思考や会話のなかで使えるように「言葉」になっています。まわりの人と一緒にこれらの言葉を日常的に使うことで、自然とヒントが取り入れられるようになります。例えばこんなふうに、みんなで話してみましょう！



○ミラパタを使うコツ○

- ・「取り入れたい」ものとして選び、新しくチャレンジしてみるカードは、一度に1枚～2枚がオススメです。
- ・カードだけではピンと来ないものがあれば、冊子版のミラパタを読むと細かな点が理解できます。
- ・順番通りに使う必要はありません。気になるものや、好きなものなどから考え始めてみましょう。
- ・仲間と一緒に使うことで、新しい考え方が見えてきます。カードをテーマにして、みんなで話してみましょう。

こんなあなたにおすすめのミラパタ

ここでは、進路を考えるにあたって直面しやすい悩みに対するミラパタの使い方を例示しています。あくまでも例ですが、参考にしてみてください。

進路を考えることになかなか興味がもてなくて・・・

A1～A3を見ながら、『興味の原石を捉える』ことに時間をかけてみてはいかがでしょう。どんなふうになりたいのかを考え、少しずつ見えてくると、未来を考えることが楽しくなるかもしれません。それよりも夢中なことがあるようなら、まずC7《今だけの機会》を確認し、今を楽しみながらも、後で焦らないような方法を周囲と話してみましょう！

目標として、このくらいのレベルの大学(会社)には入りたい！と思っています。

Bの《輝く場所を見つける》ことも、とても大切なことですが、Aの《輝き方を見つける》ことも、ぜひ並行して進めてみてください。特に、A1の《「好き」から考える》ことは、ミラパタの基本でもあり、将来充実した日々を送るためにとても重要です。おうちの方などあなたのことをよく知っている人と話してみると、意外な方向性が見えてくるかもしれません。たとえ、目標が変わらなかったとしても、A《輝き方を見つける》ことができているかどうかで、そこに進む意味やそこでの過ごし方は、大きく変わってくるでしょう。

＊文中の《 》はカテゴリまたはグループ名、《 》はパターン名です。ぜひ、パターン内容を確認して、実践してみてください。

将来の夢が決まっているので、それが実現できるところに行きたいと思っています。

夢の実現の仕方には、実はいろいろな方法があります。ぜひB2《いろいろなアプローチ》を探して、より魅力的に思える関わり方を見つけてみてください。これだ！というイメージが見えてきたら、B5《お試し体験》も。より具体的に夢が近づくとともに、万が一の思い込みを防ぐこともできます。小さい頃から描いていた夢に向かって突き進んでみたら、実は自分には合わなかったというのは、あり得ることなのです。

自分は何がしたいのか、何が向いているのか、なかなか見えてきません。

自分は何がしたいのかというのは、確かに簡単に見えるものではありませんよね。A1～A3を繰り返して『興味の原石を捉える』ようにしようと思っても、確かなものがつかめないこともあるでしょう。そんなときは、まずはゆるやかにでも見えてきた方向で、『光るものを見つける』ことや、それを『未来像につなぐ』ことをしてみ、B《輝く場所を見つける》ことに進んでみましょう。B2《いろいろなアプローチ》を知ったり、B3《こだわりのポイント》を見つけようと情報を集めたり、気になるところのB6《しっくり感》を確かめたりしているうちに、新たな興味の原石が見つかるかもしれません。AとBを繰り返し、その都度A7《見えてきた候補》を受け入れて進むこと自体が、未来の自分を考えることなのです。長い目で見て、『未来の自分をつくる場所』を選び続けていきましょう。

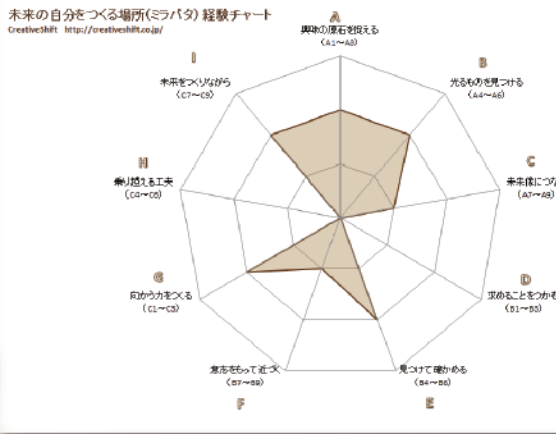
進みたい道があるけれども、周囲に反対されています。

押し通したりあきらめたりするのではなく、B8《共感のプレゼンテーション》にチャレンジしてみませんか。あなたが何をどのように好きで、将来どうなりたいと思っているのかは、周りの方には案外わからないものなのです。なぜその道が、あなたが輝ける場所なのかを、A《輝き方を見つける》なかで考えたことを整理しながら、しっかりと伝えてみましょう。その上で、周囲の方の反対の理由なども聞き、納得いくまで話し合ってみれば、状況は少しずつでも変わっていくのではないのでしょうか。周りの方も、何か気がかりなことがあるとはいえ、あなたが輝くこと自体に反対しているわけではないはずです。

自己推薦入試や就職の面接に向けて何をしたらよいでしょうか。

A《輝き方を見つける》を通じて得た自分の目指す生き方に対し、これから入りたい学校・会社・組織はどう合致し、どう魅力的なのでしょう。人は、自分の目指す方向性に合った環境では、成果を出し、成長していきやすくなります。あなたがその場所でいきいきと輝くことは、進む学校や就職先も、期待していることのひとつなのです。さらに就職では、自分の目指す方向性や持っている力・経験が事業の方向性と合致することなど、他の要素も求められるでしょう。B5《お試し体験》で今の自分に足りない力を見つけ、B7《実現の戦略》を考え、必要な経験・知識を先につけておくことも良さそうです。

自己分析と対話のツールに・・・



ダウンロードサイト

<http://creativeshift.co.jp/download/mirapata-list>

ミラパタのパターンは、3つのカテゴリと9つのグループに分かれています。自分のしていること・していないことを「経験チャート」として可視化してみると、自分の全体的な傾向を把握したり、他の人と話すときに役立ちます。経験チャートと、その作成のためのチェックリストは、下記のサイトから、無料でダウンロードすることができますので、ご活用ください。