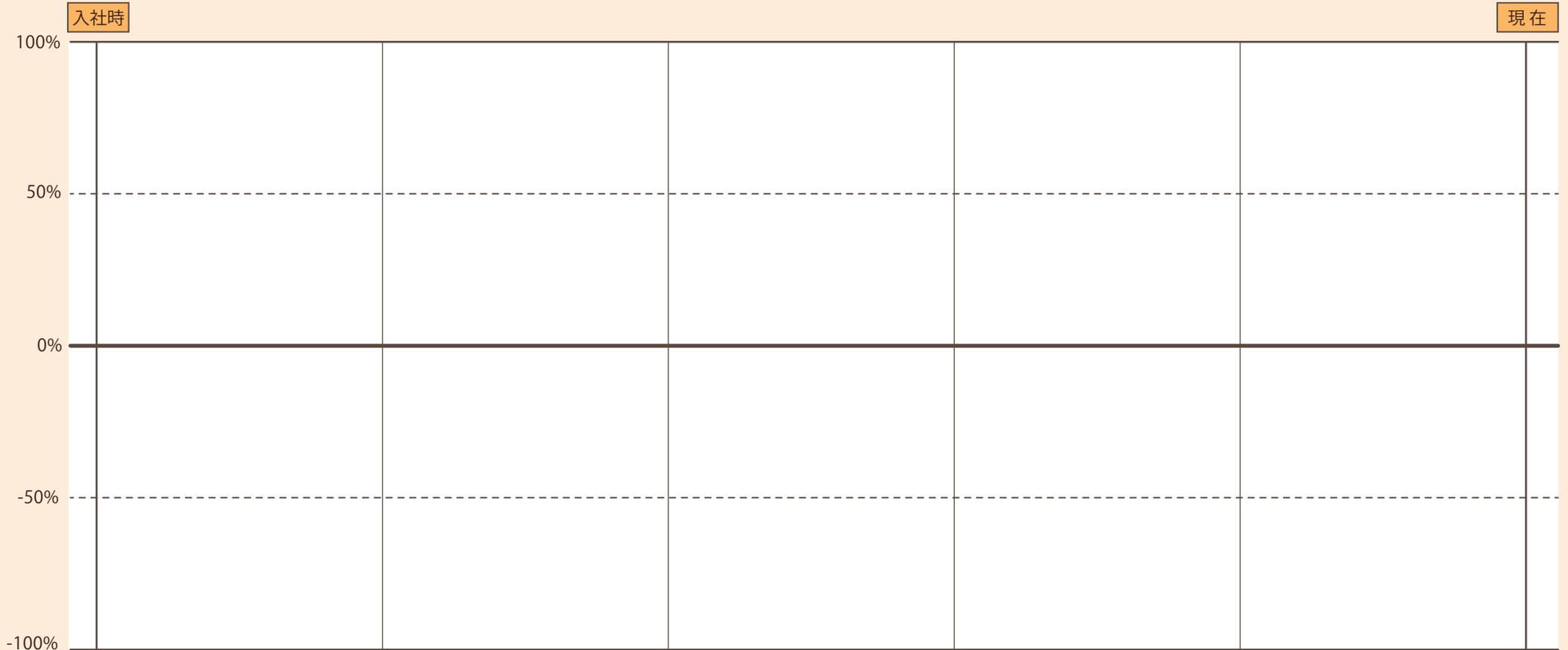


B-1 ライフラインチャート

【A-4】等を踏まえ、あなたが、社会人になって仕事を始めてから（前職も含め）、現在までを振り返り、キャリアに関する満足度を曲線で描いてみて下さい。曲線の山や谷は、主観的な「自分のものさし」で、どれだけ満足したかを表します。作成手順は、下記の通りです。

- ①【A-4】を含め自分に影響を与えた経験・エピソードを思い出します。
- ②経験・エピソードについて、時期と満足度を示す箇所に点をプロットし、点の横に名称を記します。
- ③プロットした経験・エピソードの点を曲線で結びます。



【メモ欄】 上記のチャートを見て気づいたこと、感じたこと等を書き出して下さい。
