

# 自立のための意思決定

## アイデンティティ確立のために



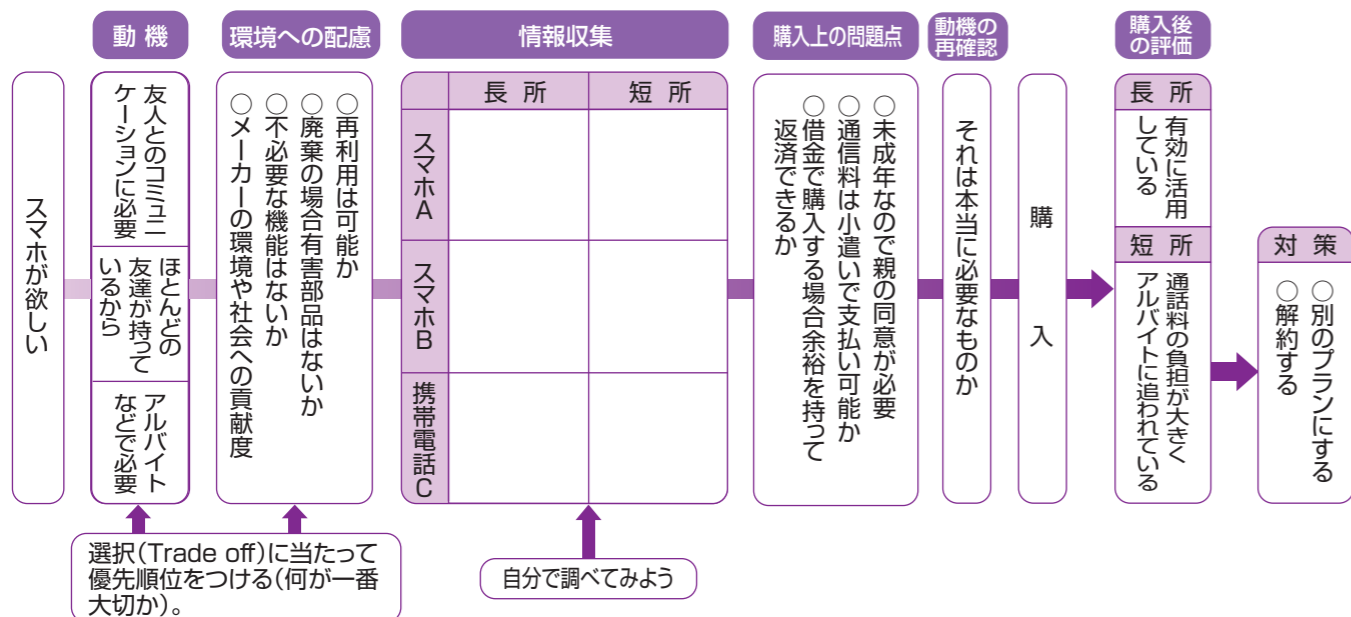
**その1** 私たちの日常生活は意思決定 (Decision Making) の連続です。  
 スマホはどの機種にしようか？ 自分に似合う服は？  
 大学進学か専門学校にするか、理系か文系かなど自分の進路に至るまで  
 まさに、人生は選択、つまり、意思決定そのものです。  
 しっかりした意思決定をしてきましたか、していけますか？  
 まずは、自分の消費行動を振り返ってみましょう。

欲しくて買ったけれどほとんど使わなかった、着なかった…そんな経験はありませんか？  
 消費行動を自己評価してみよう。(5段階評価)

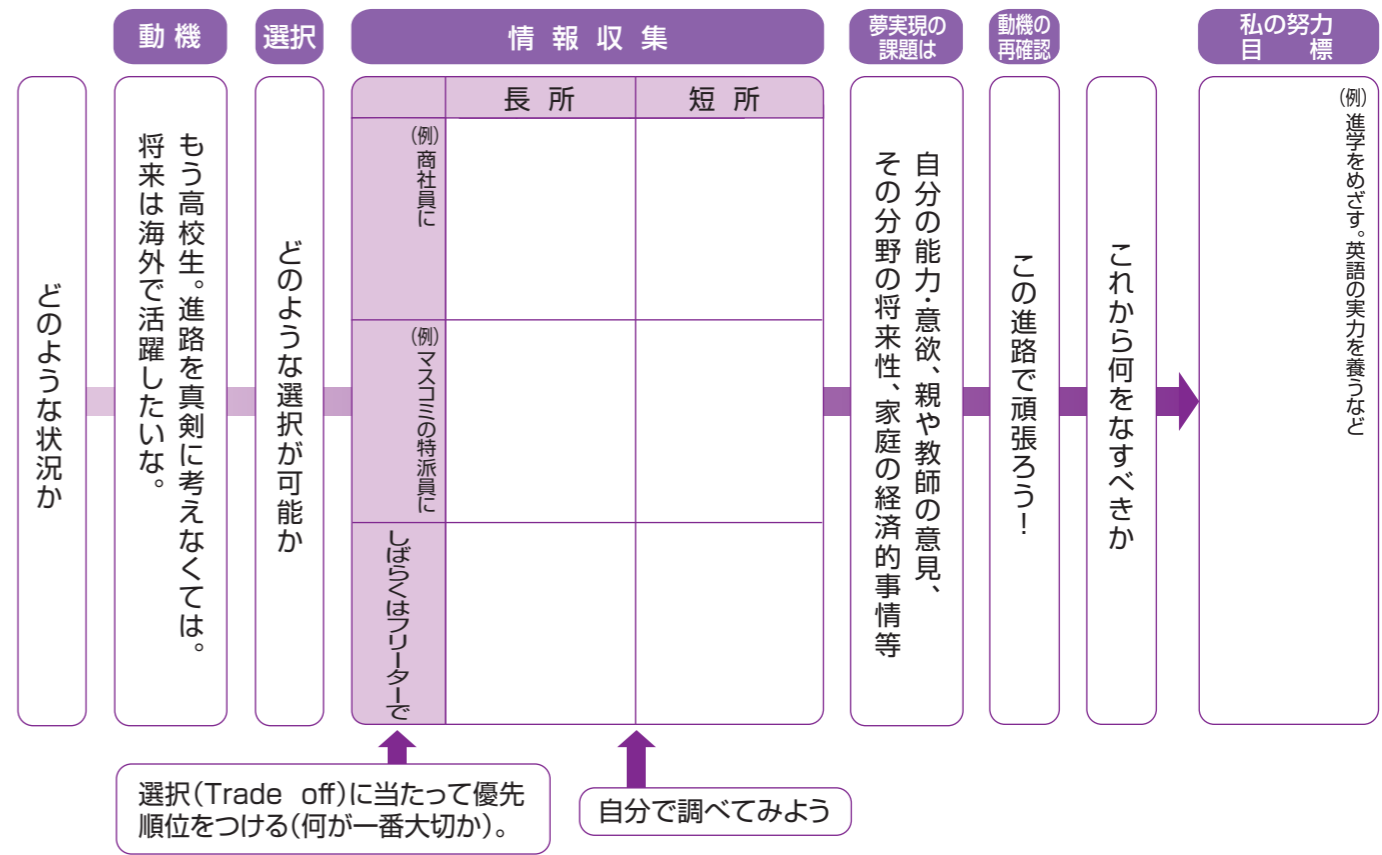
商品名	値段	活用度 (高い5 → 低い1)					理由など
(例)ゲームソフト	7,500円	5	4	3	②	1	友人が持っていて欲しくなり買った。少しだけ使ったが飽きてしまった。
		5	4	3	2	1	
		5	4	3	2	1	
		5	4	3	2	1	
		5	4	3	2	1	
		5	4	3	2	1	
		5	4	3	2	1	

**その2** 高度消費社会ともいわれている今日、使い捨て商品やまだ使えるのにタンスの肥やしとなっている流行の品々。消費社会の誘惑に負けてしまった証拠品なのかもしれません。そんな生活をしていたらお金はいくらあっても足りません。やがては、借金地獄に！ そうならないためにも意思決定のトレーニングにチャレンジしてみませんか。

意思決定チャート (例)



**その3** 買い物も、進路の選択も、意思決定に変わりありません。常に、選択肢を複数用意すること。それぞれの選択肢について、可能な限り情報を集めること。そしてもう一度、本当にその選択でよいのかを確認することなどが大切です。次に、自分の心に秘めている明日の自分について、夢実現のための意思決定にチャレンジしてみましょう。



**その4** もしキミが「しばらくはフリーターで」と思っているなら、まずフリーター生活の光と影を、下の図から考えてみよう。

