

目次

はじめに 3

第1章 こんなはずではなかったと思ってしまう人が多いのはなぜ？

11

私はこのままでいいの？ 見えない将来 12
今の正直な気持ち 14
自分らしさが見つかったら 22

第2章 本当の自分らしさを知る3つの視点

25

1 “自分が知っている自分”を知る 26
2 “他者が知っている”自分を 28
3 “星が知っている自分”を知る 30





他者が知っている自分

.....

35

星が知っている自分

.....

39

第3章 キャリアデザインと仕事

75

キャリアデザインとキャリアドリフト

.....

77

将来を描く未来のキャリアプランを創る際に、必要な考え方

.....

80

転職しなくてもキャリアアップはできる

.....

83

心(感情)を重視した決断の大切さ

.....

84

第4章 ライフデザインと結婚

87

結婚と仕事、複雑な現状

.....

88

ライフデザインの3つの価値観

.....

93

ライフデザインはパートナーと一緒に人生をデザインする

.....

98

相性とは化学反応

.....

99

第5章 運氣を使つて行動する

母との関係と自立 103
 自立とは自分の価値観で生きること 101

12年周期で考える運氣サイクル 114
 まず、自分が今どこにいるのかを知ること 129
 いつでも頑張らなくていい 132
 過去を振り返れば、見えてくる運氣の不思議 135
 運がいい人は、タイミングよく行動する人 136
 将来の視点 138
 運氣より大切なことは、〜こうなりたいたいという自分の願いと意思を持つこと 143
 In 10years 〜10年後の二人〜 146

おわりに 150

