

# 新しいキャリア論ハンドブック

8つの補助線から考えるキャリアデザイン



ライフキャリア

ワークライフバランス

ワークエンゲージメント

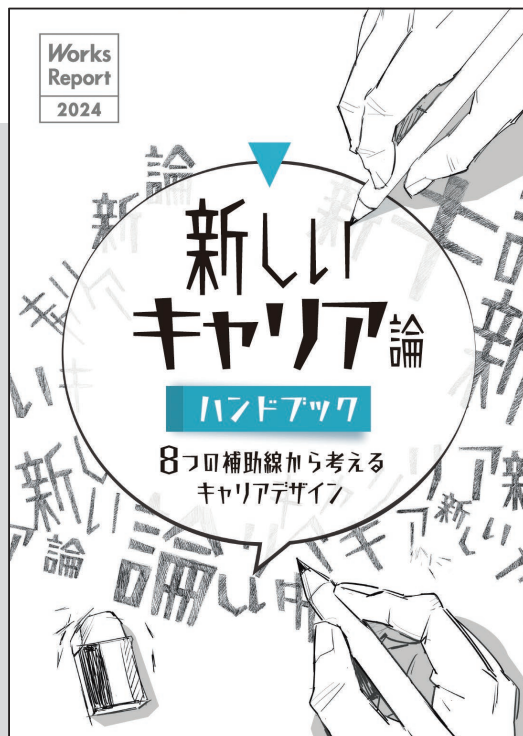
転職

就職活動

プロジェクトリーダー

古屋 星斗

主任研究員



## 概要

ライフスタイルが多様化する一方、経済社会の変化により個人と会社の関係性も変わらざるをえず、不安や戸惑いの声が聞かれるようになった。私たちは新たな職業社会にどう向き合えば良いのか。これからの職業人生を豊かに過ごすため、どこかの誰かが意思決定をする際の「補助線」となりうるエビデンスを提示する。実際にキャリアを考え始めるためのハンドブックを作成した。

## 問題意識

これまでのキャリア論は「一部の意識が高い社会人」にしか届いていなかったのではないかと。

実際は「キャリアデザイン」はやはり万人にとって重要であること、この2点のギャップに焦点を当てた。キャリア論が届く人を増やすために、これまでの「理想的だが他人事になってしまいがち」なキャリア論ではなく、生々しく無視できない意見を直視して調査・研究を実施。それぞれの研究員の専門性を活か

し、上記の問題意識のもと、ライフキャリア全般に係る論点を抽出。データと当事者の声に基づいて、ヒアリング・フリーワード調査を行ったうえで、仮説を事前に精緻化。その仮説に基づいてライフキャリアに関する総合的な調査である「ワークス1万人調査」を実施することなどを通じ、「キャリアづくりの現場で使ってもらう」ための研究コンテンツづくりを行った。

## 結論

### 補助線 1 現代の「ライフキャリア」を考える

—ライフキャリア全体で見れば、総じて仕事よりも家族・家庭の影響が大きい。また、仕事の重要性はライフステージによって大きく変化する。ライフステージを踏まえながら、自身にとって大切な場を選び取っていくために、「ライフキャリア」から考えるキャリアの補助線が参考になるだろう。

### 補助線 2 重要な意思決定とそのタイミング

—結婚や子の出生に関する意思決定は、男女ともに人生に大きな影響を及ぼす。その経験をしない場合には、最初の就職が人生に大きな影響を及ぼす。そういった意思決定の多くは30代後半までに訪れる。

### 補助線 3 無理のない自己実現のすすめ—自分にとっての「良い仕事」を考える

—「働くために欠かせないもの」について聞いた20の質問の分析から、現代の就業者には全く異なる6つのクラスタが入り混じっていることが判明した。そしてクラスタの違いはキャリア満足度に影響を与える要素の違いを生んでいる。

### 補助線 4 マルチロール＝多様な役割を担いながら、より良いライフキャリアを実現するヒント

—担う役割が「本業の仕事」だけの人は2～3割程度。多くの人が役割を2つ以上担っている。自分が担っている役割を振り返り、背負いすぎていないか「役割のマネジメント」を行うことが重要。

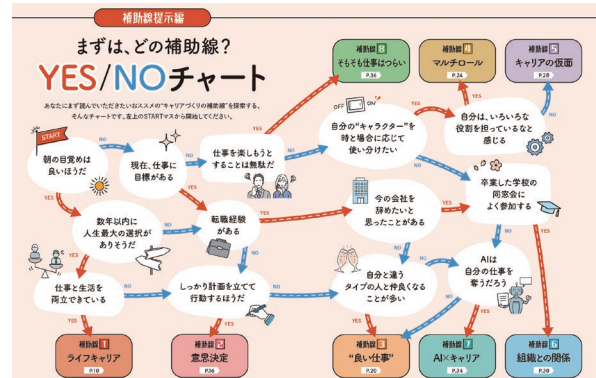
### 補助線 5 キャリアの仮面

—役割が多様になる中、異なる場面でも「自分が同一であるべきか」を検討すると、場面に応じて違う自分を出している人ほど生活や仕事の満足感が高い。様々な自分を見せられることが結果として自分のキャリア不安を軽減し、人生を豊かにする。

### 補助線 6 「組織との付き合い方」のヒントを、アルムナイ意識から見る

—辞めた会社とは一切の関係を断って“絶縁”したい個人が多い。ただ、こうした別れ方は個人にとって

### どの補助線？ YES/NO チャート



も様々な機会を失うことにつながる。個人は自らのパーパスを見出し、組織のパーパスとの重なりを見つける能動的な働きが求められる。

### 補助線 7 テクノロジーの進歩とキャリア形成—生成AIは働く人の未来を拓くか

—「テクノロジーの進歩とキャリア形成」という新しい問題が芽吹きつつある。生成AIを例に検証すると、生成AI活用者は自身のキャリアに満足しているが、同時にスキルの陳腐化や成長について危機感を抱いていた。また、活用している人はまだごく少数で、「出遅れた」と思う必要はない。

### 補助線 8 働くことはつらいもの？

—「そもそも仕事はつらいもので、楽しもうとするのは無駄だ」と回答した人は31%。そう思わない人も31%で拮抗。仕事を楽しめるか、楽しめないかは、実はキャリア形成と強い関係はなかった。「仕事を楽しめないと、キャリアが豊かにならない」という観点を超え、もっと多くの人が職業人生を豊かに考えられる可能性がある。

## Works Reportはこちら

### 新しいキャリア論 ハンドブック

<https://www.works-i.com/research/report/newcareer.html>

