

人生100年時代をゴキゲンに生きる



商業高校卒でド零細企業を継いじゃったオレが

ヤツらの”夢や目標の世界”から自分の”夢や目標の世界”に転生したら

毎日ゴキゲンでハッピーな件

あなたの生き方相談員
国家資格キャリアコンサルタント

岡本 麗

<略歴>

- 1978 東京生まれ
- 1993 会社を継ぐことを決意
- 1997 高校卒業
- 1997 入社
- 2012 同棲開始・破局
- 2012 放送大学入学
- 2013 結婚
- 2014 代表就任
- 2020 キャリアコンサルタント取得
- 2020 放送大学卒業

<自分について>

- ・ 高卒で学歴がない
- ・ 人脈もない
- ・ 家族経営なので相談できる身近な人がいない
- ・ 肩書こそ二代目社長だが結構悲惨

<毎日ゴキゲンの要素>

- 1.必要とされている
- 2.居場所がある
- 3.自分で選べる
- 4.足ることを知る

<2.居場所がある>

- ・人には家庭、仕事、友人、親子などの社会的役割がある。

そのバランスが大事で、人それぞれ、自分が快適なバランスがある。

- ・例えば、今回のコロナや親の介護などにより、そのバランスが外からの力で急激に崩れると、精神的につらく感じることもある。

いま、なにが不満なんだろう？

やりたいのにできていないこと	やりたくないのにやらなければならないこと

(岡本 2021)

<結局、ハッピーな人生ってなんだろう？>

- ・ たまたまの連続を受け入れる
- ・ 毎日がゴキゲンであること
- ・ “いま” の人生に満足すること

人生100年時代をゴキゲンに生きる

商業高校卒でド零細企業を継いじゃったオレが

ヤツらの”夢や目標の世界”から自分の”夢や目標の世界”に転生したら

毎日ゴキゲンでハッピーな件



あなたの生き方相談員
国家資格キャリアコンサルタント
岡本 麗

mail

okamoto_rei_cct@yahoo.co.jp

facebook

<https://www.facebook.com/rei.okamoto.14661>

