

目次

本書の使い方	6
--------	---

SECTION 1	決め方の入門講座	8
STEP1	決め方入門	10
STEP2	状況別の活用法	14
STEP3	進路選択と意思決定	16

SECTION 2	決め方を学ぶ	20
STEP1	プロコン表 (PROS&CONS)	22
STEP2	総合評価法	24
STEP3	決定木 (デシジョンツリー)	26
練習		28

SECTION 3	判断基準を探す	40
STEP1	自分の価値観を確認する	42
STEP2	進路選びの判断基準を知る	45
STEP3	価値観と判断基準を統合する	48

SECTION 4	選択肢を創る	50
STEP1	選択肢を知る	52
STEP2	学問に触れる	54
STEP3	学問の知図をつくる	56
応用		58

SECTION 5	行動し、評価する	62
STEP1	進路の仮決定をする (Before)	64
STEP2	内容の見直しと突っ込み	65
STEP3	突っ込みのリサーチ計画	66
STEP4	計画をもとに行動する	68
STEP5	調査をもとに修正する (After)	70

SECTION 6	決断する	72
STEP1	結論をまとめる	74
STEP2	説明して意見をもらう	75
STEP3	振り返り	76

各種ダウンロード・参考 URL	81
-----------------	----

ワーク・クイズの解答例	82
-------------	----

参考書籍	87
------	----