

「キャリア・カウンセリング」  
とは？



## 特別な時間ではなく 生徒の主体性を育む 日常での会話がカウンセリング

北谷高校の取り組みから、「生徒の自己評価力を高める教員の対話的な関わり」とは、日常の会話を意識することと、「理解いただけたと思います。北谷高校の先生方も研修を受けた、キャリア・カウンセリングの専門家である三川先生に、その本質と、生徒との対話で留意すべきポイントについてお話をいただきました。

追手門学院大学心理学部  
教授

### 三川俊樹

みかわ・としき●1961年生まれ。追手門学院大学心理学部教授。カウンセリング心理学専攻。同学・心の教育研究所長。大阪大学大学院人間科学研究科博士前期課程修了(学術修士)。2012～2014年に日本キャリア教育学会・会長を務める。日本カウンセリング学会、日本キャリアデザイン学会などに所属。スーパーバイザーなどとして活躍。

とにより、子どもたちが主体的に考えるようになり、一生懸命に工夫してアサガオの世話をするようになったというエピソードがあります。

また、ある中学校では、希望と違う業種に職場体験に行かされた生徒が、3日後に顔つきが変わって帰ってきたそうです。振り返りの感想には「行って良かった」のひと言しか書いてなかったため、先生が「なぜ行って良かったと思っただ？」と声をかけたところ、「ほめてくれたから嬉しかった」と自分の気持ちを整理できた例もあります。

教員からのこうした日常的なひと言で、生徒の主体性や自己理解を引き出すことができるのです。

### 反論や言い訳の言葉は かみ合っていないサイン

普段から生徒とは仲が良く、会話も頻繁に行っている先生もいらっしゃると思います。雑談とキャリア・カウンセリング

### 基礎的・汎用的能力を 高めるコミュニケーション

「カウンセリング」というと、専門的な資格をもった人が行うこととか、心理療法のように捉える方がいらっしゃると思いますが、そうではありません。カウンセリングとは、人がより良く生きるための援助であり、問題解決や意思決定が図

られ、自己理解、情報収集、計画実行が促されるように、「聴く」「受け止める」を積極的に行うコミュニケーションのことです。こうした問題解決や自己理解を、対象者が自ら進んで行うように、対話によって心を動かそうというものです。

学校現場における「キャリア・カウンセリング」とは、キャリア教育で育てた

い基礎的・汎用的能力(人間関係形成・社会形成能力、自己理解・自己管理能力、課題対応能力、キャリアアブランチング能力)を高めるためのコミュニケーションといえます。

難しいことではなく、ある小学校でアサガオの水やりをする際に、「みんな、どんなアサガオに育てたい？どんな花を咲かせたい？」と先生が声をかけたこ



● コミュニケーションのポイント

聴く	<p><b>【気を付けたい態度】</b> 無視、無理解、無関心、聞き流し、先送り、時期はずれ、あきらめ、など</p>
受け止める	<p><b>【気を付けたい言葉】</b> 安易な保証、気休め、気持ちの否定、心配の先取り・先送り、泣き面に蜂、的外れ、追い込み、正しすぎる意見、など</p>

● 気を付けたい言葉の例

▶ 安易な保証	「大丈夫！」
▶ 気休め	「何とかなるさ！」
▶ 気持ちの否定	「心配するな！」
▶ 心配の先取り・先送り	「落ちたときのこと！」
▶ 泣き面に蜂	「もはや手遅れ」
▶ 的外れ	「あなただけじゃないよ！」
▶ 追い込み	「とにかくがんばれ！」
▶ 正しすぎる意見	「あまりにも悲しい…」

グ的な対話との違いは、「生徒の成長を目的とした意図をもった対話」であるかどうかです。キャリア教育における生徒の成長とは、生徒が自ら気付き、主体的に自分の将来を考える力を身に付けることです。「この生徒のこんなところを伸ばしてあげたい」「こんなことに気付かせてあげたい」と先生が意識して声をかけていけば、それは既にキャリア・カウンセリングになっています。こうした観点から、28ページの「試験に合格できるでしょうか？」の会話を考えると、どうでしょうか？ 試験直前に不安になっている生徒に対し、励まそうと思つて安易に「大丈夫！」とか「何とかなるよ」と声をかけても「でも

…」と、さらに不安な気持ちを伝えてくるかもしれません。逆に、「今頃になつて何を言っているの」と返してしまうと、「自分なりにがんばつてきた」生徒は「だつて…」と言いつつ訳したくなるかもしれません。生徒にかけた言葉に対して、生徒が黙ってしまったら、「けど」「でも」「だつて」など反論や言い訳の言葉が出てきたら、コミュニケーションがズレが生じているサインです。会話が噛み合っていないので、発展的な展開が望めません。

言語化されたものから  
生徒の成長を読み取る

このように生徒とのコミュニケーション

ンには気を付けたいポイントがあります(左上図参照)。

生徒の話を「聴く」際に気を付けたのが態度です。「無視」や「先送り」などは故意でなくやつてしまっているケースが多々あります。私自身も学生が挨拶してくれているのに気付かず通り過ぎてしまつたり、「忙しそうにしている」ので声がかげにくかつた」と言われたときに声をかけられて「ちょっと待つて」と言つて、つい忘れてしまつこともあります。こうしたことを生徒は覚えていくものです。

また、「受け止める」際に気を付けたのが言葉で、上図の例のように普段何気なく使っている言葉もあると思います。使う場面に注意が必要で、生徒の気持ちに寄り添っているか、その言葉をかけたことで、生徒が自己理解を深めたり、前向きな意思決定ができるかどうかです。

生徒や先生の中には、話すことが苦手な人もいます。また、一人の教員が多数の生徒を担当していて、毎日全体まで目が行き届かないこともあるかもしれません。そうしたときに、「授業でのリフレクシオンシートや、「キャリア・パスポート」が役に立つと思います。授業中に声かけができなかつた生徒でも、リフレクシオンシートで様子を知らることができ、「ちゃんと見ている」「認めている」ことが伝わるフィードバックをしてあげればよいのです。「キャリア・パスポート」は先生が読む前

提で生徒が自分の気づきを書くものなので、生徒とのコミュニケーションが深まるきっかけになります。ここで見てあげるべきポイントは、生徒が自分の成長を感じているかどうかです。

キャリア・カウンセリングもキャリア・パスポートも、生徒が自分の気づきや学びを言語化するものです。キャリア・カウンセリングによって生徒の自己評価力が高まり、その力でキャリア・パスポートに自分の成長を記録し、積み上げていくことでさらに教員とのコミュニケーションが深まってく、相乗効果が期待できると思います。

