

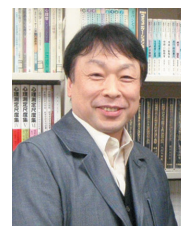


生徒の理解と支援を うまく進めるには？

進路指導に役立つツール●キャリア・パスポート

生徒自身が自己理解を深め、将来に向けて自律的に動き出すことを目指す「キャリア・パスポート」。LHRや総合的な探究の時間などに、さまざまなワークと共に活用を工夫されている先生も少なくないと思います。そんな生徒の活動記録や思いが詰まったキャリア・パスポートを、進路指導の相談場面でも大いに活用してみましょう。

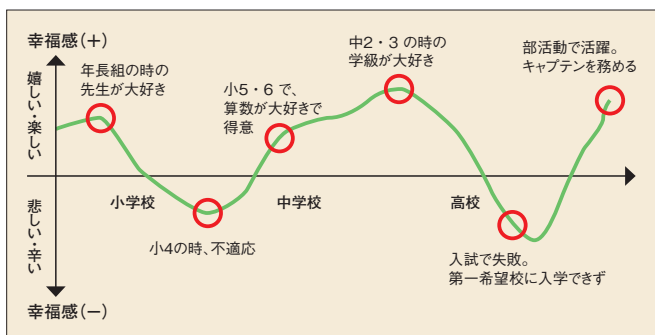
取材・文／清水由佳 イラスト／おおさわゆう



【監修&アドバイス】
会津大学 文化研究センター
教授
荻間澤勇人先生

かりまざわ・はやと●1986年岩手大学工学部卒業後、岩手県の公立高校教諭に。早稲田大学大学院教育学研究科後期博士課程単位修得退学。教育学、教育カウンセリング心理学を専門とする。2015年4月より現職。

図 ライフラインチャート例



※荻間澤先生作成の研修資料より抜粋

キャリア発達への支援と研究を行い、今日のキャリア心理学や職業相談などに大きな影響を与えたアメリカの心理学者ドナルド・E・スーパーが提唱した概念に、「自己概念」があります。「自己概念」は、個人が主観的に形成してきた「主観的自己」と、他者からのフィードバックに基づいて形成

された「客観的自己」が統合して構築されていく概念で、自己と他者、環境との相互作用によって変化し発達していくと、スーパーは唱えました。そして、仕事という環境の中で形成されていく「職業的自己概念」を実現しようとするのが、職業選択につながるとしました。つまり、生徒が自分自身の進路選択を行う過程では、この自己概念の理解が欠かせないものになってきます。さまざまな出来事や他者からの影響を受けながら、自分が何を思い、どういう価値観や能力を培ってきたのか。それを知ることが、将来への一歩を踏み出すためには大切なこととなります。

そのようなスーパーの理論などを統合し発展させたのが、社会構成主義の心理学者マーク・L・サビカスです。サビカスは、自己概念を自分自身の「物語(ナラティブ)」として理解するナラティブアイデンティティの重要性を説きました。特に、サビカスは、小さなストーリー(マイクロナラティブ)から大きなストーリー(マクロナラティブ)への再構成を通じて、より明確なキャリアテーマを導き出すという考え方を提唱しています。

そこで、多くのキャリア研修などでよく行われているのが「ライフラインチャート」を使ったワークです(図)。自分の幼いころから今まで、まずは感情のプラス・マイナスを波のように

示し、それぞれにどのような出来事があり、何を考えていたかを書き込んでいきます。そして、ペアワークやグループワークなどによって、他者に自分のこれまでを語り、さらに他者から質問や感想をもらうこと(フィードバック)によって、自己理解を深め自己概念やキャリアテーマを明確にしていくというものです。

このライフラインチャートに代わるものとして、学校現場で義務化された「キャリア・パスポート」が大いに役立つはずですが、進路指導の相談においても、キャリア・パスポートを基に自分の物語を語ってもらう。いきなりはうまく言葉にしてくい生徒にとっても、小さな自分の物語を語るナラティブアプローチを用いることによって、言語化しやすく、自分自身の特徴や思い、価値観など、自己理解が深まりやすくなるでしょう。

そこで、次ページからは、文部科学省のホームページにあるキャリア・パスポートの例示ワークシートを使って、ケースを考えてみたいと思います。

ツールを活かす

こ ん な ケ ー ス

- ① やりたいことがわからない1年生
- ② 保護者に希望が伝えられない2年生
- ③ 受験や就職に自信がない3年生



ケース 1

「やりたいこと、やれること
がわからない」という1年生

中学からの記録を基に、
自分の振り返りや棚卸をする

キャリア・パスポートは、小学校から高校まで、連続しての学びや行動、考えなどの記録です。そこで、その記録を基に「自分」を語ってもらう面談をぜひ行ってみてください。

まずは、高校入学後の各学期での目標や取組、行事などの記録も改めて語ってもらうことで、共通する良い点や価値観などに気づいていける関わりを行います。



ケース 2

「自分の希望を、保護者にうまく
伝えることができない」という2年生

これまでの自分の軌跡を整理し
保護者へのプレゼン資料とする

「親が薦める進路が、自分の希望と違って困る」「自分がやりたいことを伝えたら、あなたには無理だから、もつと違うのになさいって言われた」など、保護者との意見の相違や、なかなか認められないことへのジレンマを抱える生徒がいます。そんなとき、ただ「よく話し合いなさい」と伝えるだけではなかなか解決できず、結局生徒が不本意な進路選択をして後悔する、というケースがあります。



ケース 3

「受験（就職試験）に自信がない。
うまくやれる気がしない」という3年生

できていたこと、やれることを、
事実を基に再確認して自信をもつ

自信をなくしているということは、「できない」イメージばかりが固定化されているということ。「できない」を「できる」に変換するには、生徒自身が自分の力に気づく必要があります。まずは、実際に自分が行動していたこと、やっていたことをしっかり振り返り、そこで発揮できていた力を確認していく必要があります。



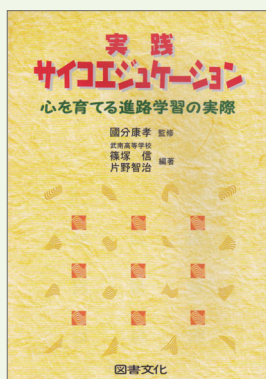
荻間澤先生の ワンポイントアドバイス

キャリア・パスポートを 記入する雰囲気づくりも大事

個人での相談では、一人ひとりの思いや考えを引き出す関わりが必要になります。そのための資料の一つとして、キャリア・パスポートは重要なツールになります。ただし、生徒によっては、なかなか言葉にすることが難しく、そもそもの記入が十分にできない可能性もあります。そこで、大切になってくるのが、LHRなどでキャリア・パスポートを作成する際の「雰囲気」づくりです。

一人でもくもくと書かせるだけでなく、グループワークを組み合わせ、気づきをシェアしたり、フィードバックをし合ったりすることで、より具体的な記入ができるようになると良いのではないのでしょうか。また、先生も、「書いておくように」と伝えるだけでなく、時には声をかけながら、考えが深まるような関わりをする必要もあるでしょう。

キャリア・パスポートは、「反省」を促すのではなく、将来を見ていくためのツール。だからこそ、「できていたこと」など前向きになる視点を教師自身も意識できると効果的だと考えます。



『実践 サイコエデュケーション 心を育てる進路学習の実例』

篠塚 信・片野智治編著 國分康孝監修
図書文化社

キャリア・パスポートを直接取り上げてはいないが、作成するためのグループワークやエクササイズを行う際の考え方など参考になる一冊。

POINT

- 1 生徒はとかく反省し、「できていない」ことばかりに注目しがちです。しかし、キャリア・パスポートで重要なのは、「できていた」こと探しであることを強調しましょう。
- 2 リフレームとは、「消極的」→「慎重・よく考える」などの言い換えによって認知の枠組みを転換すること。リフレーム辞典などもあるので、ぜひ参考にしてください。

ます。特に、中学校の卒業前に「18歳の私へ」のシートを記入している場合は、小学校から中学校までの9年間を振り返り、そこで印象に残っていることや、その時点で考えた「自分の将来」を自分へのメッセージとして記録していると思います。これらがなぜ印象に残っているのか、そこで自分がどんな力を発揮していたと思うのかなど、自己理解を深めるための質問をしてあげることが大切です。

その際、特に重要なのが、「できていたこと」に注目する点と、リフレーム（言い換え）などを活用して、プラスの面に注目できるよう支えることです。

POINT

- 1 子どものころから今までに行ってきたことを俯瞰することで、自分がなぜ今の選択をしているのかの筋道を明確にしていけると、説得材料にできる可能性が高まります。
- 2 過去だけでなく、今後のスケジュールや準備すべきことを逆算した計画書も、保護者に自分の思いを伝えるための素材として大切になります。

ースもありえます。そこで、キャリア・パスポートを活用して自分の思いや根拠をしっかり伝える（プレゼンする）サポートをしてみたいかがでしょうか。

「小学校から高等学校までを振り返る」や各学年ごとの振り返りシートでは、今までに自分の成長に影響した出来事や、現在の自分の強みや成長させたいところ、社会にどう貢献し、どのような生き方をしたいかなど、まさに進路選択のキーワードとなる項目を整理できます。さらに、卒業年度を見通すシートでは、具体的な受験までの行動計画などを立てられるので、地に足のついた選択をしている証明となりえます。

POINT

- 1 集団で行った行事の内容、事実などに目が行きがちですが、あくまでも「自分」が何をしていたか、何を考えていたかを丁寧に話せるよう促しましょう。
- 2 資料を基に、「傾聴」を心掛けた関わりによつて、生徒自身が「主体的」に気づきを得ていく可能性が高まります。

そこで役立つのが、キャリア・パスポートの中にある各種行事や就業体験・インターンシップ、総合的な探究の時間などの記録です。単に何をしていただけでなく、そこで自分が果たしていた役割や、なぜそれを行っていたのかなど、丁寧に話を聞いていくことで、実際に「やれていたこと」に気づきつつかけになります。ここでの教師の役割は、前々号（2024年3号）でもご紹介した「傾聴」を意識し、聞き役になること。批判や評価をするのではなく、言い換えや要約、リフレームなども使いながら、あくまでも本人の主体的な「気づき」を支えるよう関わることが大切です。