

# 対話

## 現場の先生のための 「進路指導」相談講座 を始める

— 第5回 —

取材・文／塚田智恵美  
撮影／平野 愛

監修&アドバイス



追手門学院大学心理学部  
教授  
三川俊樹先生

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。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)。スーパーバイザーなどとして活躍。2023年5月まで日本キャリア・カウンセリング学会で理事・SV委員長を務めた。

カウンセリングの領域では、カウンセラーが自身の担当する個別のケースについて、専門家や指導官に話し、自身のカウンセリングの過程や問題点を振り返ることで、よりよいカウンセリングのあり方を模索する手法があります\*。この連載ではキャリア・カウンセリングの専門家である三川先生と現場の先生方の対話を通じて、現場の先生ご自身が「よりよい進路指導のあり方」を考えていく様子をレポートします。

\*「スーパービジョン」という手法。事例をもつカウンセラー(スーパーバイジー)と指導者(スーパーバイザー)で行う。

### CASE.5



新しい進路指導の取組を提案したいのですが、「**変化を敬遠する先生方から否定されるのでは**」と想像してしまい、つい言葉をのみこんでしまいます。

公立高校 羽村先生(仮名) 30代後半

社会の変化を日々感じており、時代に即した進路指導に変えていくべきだと考えています。しかし、なかには変化を敬遠する先生方も…。「新たな提案をしても拒絶されるのでは。それなら例年通りの取組をしたほうが、ストレスなく過ごせる」と考えてしまう自分を何とかしたいです。

相手の反応を想像して  
自分の考えが揺らぐ

**羽村** 一社に勤め続けるのが当たり前、という時代でなくなった今、生徒たちがみずからありたい姿を考え、主体的に将来を設計していく力を育てることが必要だと考えています。しかし、いまだに従来通りの教科指導や進路指導に留まってしまう、社会の変化やニーズからズレた指導になってしまう状況も見受けられます。進路指導でも新しい取組が必要だと考えているのですが、協力を求めて職員室で提案したとしても「それに何の意味があるんだ」「本当に進学や就職に役立つのか」「また仕事を増やすのか」といった**反対意見が返ってくることを想像し、尻込みしてしまいます**。

**三川** 強い力で反対されるのではと思うと、ご自身の考え自体が揺らいでしまう。そのことに何か葛藤を抱えておられるような印象です。これまでにご自身の提案を否定され、打ちのめされるような経験があったのですか。

**羽村** 教員になりたてのころ、指導していたいただいた先生が強い意見をお持ちの方でした。私が異なる意見を主張しても、き

新しいことに挑戦したいとき  
生徒もきっと「仲間」に

と歯がたたないだろうと想像してしまい、その先生の意見に従ったものの、モヤモヤした気持ちが残った記憶があります。

**三川** そうだったのですか。そのときから経験を重ねられ、羽村先生ご自身も成長されたのではないと思いますが、今も、何かをしたと思ったときに、他の先生方から協力を得るのは難しいとお感じになりますか。

**羽村** 特に、長く経験を積まれている先生方にはなかなか受け入れてもらえないのではないかと…。もちろん、なかには賛同してくださる先生もいらっしゃると思うのですが、若い先生も多くの仕事を抱えているかと思うと新たな取組を提案することに遠慮する気持ちもあって…。おそらく私は、自己表現が苦手なんでしょうね。話す前に相手の反応を想像して、つい自分の考えのみこんでしまっただけです。

**三川** 自己表現には、相手を尊重しながら自分の考えをしっかりと伝える「アサーション」という方法もあります(▼P45「対話のキーワード」参照)。ところで、その相手ですが、**どなたに対してもご自分の考えを述べるのに抵抗があるのでしょうか？**例えば生徒さんに対してはいかがですか？

**羽村** …ああ、そう言われると、**生徒に対しては率直に、自分の考えを伝えていきますね**。面談のような場に限らず、他愛のな

い場面で話したことを、生徒は意外と覚えていて、卒業後も心に留めてくれることがあるんです。ただ相手が教員となると、なぜか尻込みしてしまいます。

**三川** もし羽村先生と同じ考えを持ち、進路指導のやり方を変えていきたいと思う先生方がいらしたら、その人たちの前で安心して話ができそうですか。

**羽村** そうですね。仲間だと思える先生方の前では、自分の思いを安心して伝えられそうです。

**三川** 「仲間」になれる存在は教員だけではないかもしれません。羽村先生の言葉をまっすぐ聞いてくれる生徒も、その一人なのではないですか。

**羽村** そうか。確かにそうですね。生徒は、新しいアイデアを取り入れると敏感に反応してくれることがあります。面白いものは面白いと言ってくれる。その素直な声は、新しい取組をする後押しになりますね。

**三川** 私自身もさまざまな学校を見てきましたが、私には、教員が新しい考え方を受けつけない、変わらないという印象はさほどないのです。ただし、生徒たちのほうが先に変わることはあります。その生徒たちの変化や反応を目の当たりにして、先生方のほうも変わり始める、といった事例は、よくあるように思います。

「私は「こう思う、を大切にするために」

**三川** 羽村先生は、生徒に対して思いを伝

えることにはあまり躊躇しない。それは生徒に対して「自分の思いや考えを伝えたい、しっかり伝わった」と思えた経験がおおりのなんでしょうか。

**羽村** ああ、それはたくさんあります。例えば、ある希望する会社にとっても就職したいという生徒がいました。率直に言えば、私自身は、その生徒を見ていて合格するのは難しいだろうと思っていました。しかし、生徒とも保護者とも対話を重ねて「どんな結果になろうとも、悔いの残らないように、その熱意を伝えてください」と、最終的には背中を押したのです。残念ながら結果は不合格だったのですが、それでも自分の熱意をしっかりと伝えた生徒は清々しい表情でした。対話を通じて「二度の失敗では人生は終わらない。また挑戦することもできる」という私の思いが伝わっていたのではないかと思います。

**三川** 自分は「こうしたい」という思いを伝えて、たとえその瞬間には受け入れられなかったとしても、それで終わりではない。自分の思いを諦める必要がないということを、しっかりと生徒さんと対話されてきたんですね。

**羽村** そうですね。…いやあ、今、話していきなりました。私は生徒には「うまくいかななくても自分の思いをしっかりと表現し

て、挑戦すべき」と言っているのに、自身では、できていなかったですね。

**三川** 羽村先生は、生徒さんとはしっかりと向き合っておられるのではないかと思います。ただ先生方との対話については、過去の経験もあって、これまでためらっておられたのかもしれない。

**羽村** 私が「先生方には、自分の意見は伝わらない。新しい提案はなかなか受け入れてもらえない」と勝手に思い込んでいたのかなと気づきました。

**三川** 本日の対話の冒頭で、羽村先生は「提案したとしても『それに何の意味があるんだ』といった反対意見が返ってくることを想像し、尻込みしてしまう」とおっしゃっていました。もし今、羽村先生の提案に

対して「それに何の意味があるのか」と聞かれたら、どのように答えますか。

**羽村** …少なくとも「僕は意味があると思っています」とは言うかもしれません。

**三川** ああ、そうですね。羽村先生は、そのやり方に意味があると思うから、提案しておられるわけですね。もちろん、提案した相手が異なる考えを持つことはあります。しかし、ご自身が「目の前の生徒のために意味のあることをしてあげたい。この提案には意味がある」と私は思う」と信じる気持ち、は、大切にしてよいと思いますよ。

思いが受け入れられなくても「それで終わり」ではない

### 現場の先生の気づき



諦めや先入観を捨てて、ともに働く仲間とも対話を

三川先生と対話しながらも、自分の内面と向き合ったような時間でした。過去の経験から「ベテランの先生方の多くは、凝り固まった考えを持っていて、変化を受け入れてくれない」と先入観を持ち、そうした先生方の考えを変えなければと思ってきました。しかし、本心は「まず自分が変わりたい」と強い思いを持つていたのだと気づきました。

生徒には「自分の思いをしっかりと表現して挑戦したほうが良い」と言いながら、自分自身ができていませんでした。しかし三川先生から「生徒とはちゃんと向き合い、対話ができている」と言っていたとき、「それなら視点を変えれば先生方もしっかり向き合うことができ、私の思いを臆さずに伝えられるのでは」と思えて、嬉しかったです。自分の提案が実際に通るかどうかわかりませんが、提案が否定されたからといって自分の気持ちを否定する必要はないのかなと、今は思っています。それに、伝えてみなければその結果はわからない。勝手に先入観を持つたり、諦めたりする前に、まず伝えること、対話することをしていきたいです。

「提案しても大丈夫」と思える対等な関係を築く

## 教員同士でも活用できる「アサーション」のスキル

今回の対話のなかに登場したキーワード「アサーション」。自分も相手も尊重するコミュニケーション法として注目を集めています。職員室でも活用できるアサーションの考え方や対話法について、三川先生に聞きました。

### よく想定してしまう「否定の言葉」とアサーティブなコミュニケーションの例

現場の  
A先生

新しい進路指導の取組を  
提案したいのですが…

#### 例1

ただでさえ忙しいのに  
やることを増やしてどうするの？

進路指導部長  
B先生

現場の  
A先生

私は「やることを増やす」とは考  
えていません。むしろ新しい取組  
をすると生徒たちが主体的に動  
くようになり「やることが減る」と  
思っています

▶「新しい取組をする＝やることを増やす」とは限らない。むしろ生徒の主体性を高めれば教員の負担は減るとも考えられる。そうしたA先生の考える取組の意味を自分なりに伝えている。

#### 例2

これまで通りの取組をしたほうが  
生徒たちのためになると思うな

進路指導部長  
B先生

現場の  
A先生

(私の意見とは違うけれど) そうか  
もしれません。ではなぜそうお考え  
になるのか、B先生のお考えをも  
う少し聞かせていただけますか？

▶B先生は「これ以上に良い方法はない」と思い込んでいる可能性もある。B先生の考えを聞くことで、A先生は歩み寄るポイントを探したり、「その上で改めて提案したいです」と自分の考えを表現したりしやすくなる。

### 三川先生からのメッセージ

#### 「違いは“間違い”ではない」 正しさを争うより違いの理解を

今回対話した羽村先生は、「相手の先生が異なる意見を持っているかもしれないから」などと、ご自身の言いたいことを抑えておられました。伝えたい思いを我慢するのではなく、また一方的に相手を攻撃するのでもない、自分と相手を尊重した自己表現がアサーションです。アサーションには「違いは“間違い”ではない」という考え方があります。意見が異なるとき、私たちはつい「どちらが正しいか」と考えてしまいがちです。そうではなく、まずそれぞれの考えを表現し、対話してみる。自分にとって正しいことも、相手の視点からは異なるように見えることもあるかもしれません。正しさを争っているときには見えなかった意外な妥協策や別のアイデアがふと浮かぶこともあります。

つい自分の意見を抑える癖がある方は、事前に「このように言われたら、私はこう思う、と答えよう」と自分の考えを整理しておくのも、アサーティブなコミュニケーションに役立つでしょう。あなたが何を考えているか、何を大事にしているのかは、伝えようとしなければ決して相手に伝わられません。ぜひお互いの違いを認め、理解しながら、これか



らの指導のあり方について対話していただけたらと思います。その対話のプロセスはきっと、これからのより良い指導につながっていくはずです。



理解を深める1冊

#### 自己カウンセリングと アサーションのすすめ

平木典子 / 金子書房

自分はどんな人間を知り、自分とつき合うとはどういうことか。自分を素直に表現するにはどうすればいいか。自己表現(アサーション)を手掛かりに、より良い生き方を学べる一冊。