

Part 4

「やりたいこと」は
どうやって見つける？

「Free度Walk」で 好奇心のフタを開けよう

「好きなこと・やりたいこと」を起点に考えてみよう…というのは進路選択時の常套句ですが、好きなこともやりたいことも特にない…という高校生も少なくありません。保護者はどのようにサポートできるのか。大人と子どもが一緒になって探究する学びを研究・実践する市川力さんにお聞きしました。

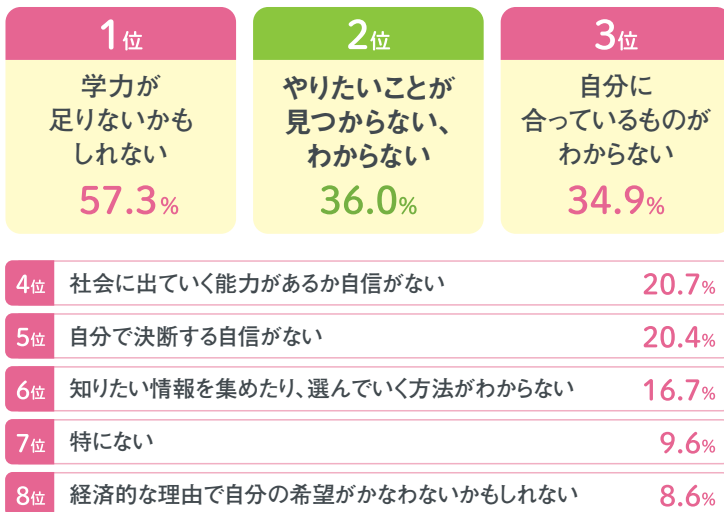
日常の小さな違和感を拾い、 好奇心のフタを開けよう

進路を考えるうえで、自分の内面にベクトルを向け、「自分は何か好きか・何がやりたいか」を探っていく、いわゆる「自己分析」が大切だとされています。とはいえ、高校生にとってこれは容易なことではなく、苦しむ生徒も少なくありません。高校生を対象にした調査においても、「進路選択について気がかりなことがあるか」という質問に対して、3割以上の生徒が「やりたいことが見つからない、わからない」と回答しています(図1)。

「好きなことややりたいことを見つけないのは、好奇心のフタが閉じているから」と市川力さん。かけさえあれば開く」と言います。「好奇心とは、なんか気になる、心に引っかかる…という違和感です。誰もがもって生まれたもので、生きている限り消えませんが、効率性や合理性が求められる日常生活においては、どうでもいこととして切り捨てられてしまい、フタがされた状態になってしまうのです」

閉じていた好奇心のフタが開いていきます」市川さんが挙げるキーワードが、「なんとなく・とりあえず・あてもなく・ひたすら」。何のためにやるのかといった「目標や意味を見出そうとせず、感覚・感性を働かせて体験することが大事」と言います。

図1 進路についての気がかり



→ やりたいことや自分に何が合うのかについて、不安を抱いている高校生が多い。



一般社団法人みつかる+
わかる代表理事
市川力さん

長年、大人と子どもが一緒になってたくらみ、探究する学びを研究・実践。現在は、全国津々浦々で、多様な人たちが持ち前の好奇心を発揮して共に成長する場を生み出すジェネレーターとして活躍中。『探究する力』(知の探究社)、『岩波ジュニアスタートブック 知図を描こう!あるいてあつめておもしろがる!』(岩波書店)ほか著書多数。



親子で「Feel度Walk」をやってみよう！

同じ道や場所であれば、親子で一緒に歩かなくてもOK。それぞれが撮った写真やスケッチを眺めながら雑談する…くらいの軽い気持ちでやってみましょう。

STEP /

1 歩く

普段から歩き慣れたところを、「なんとなくセンサー」を働かせながら歩いてみる。



STEP /

2 撮る

歩きながら、「なんとなく」気になったものを「とりあえず」スマホで撮っておく。



STEP /

3 描く

撮り溜めた写真から1枚を選び、写真を基にスケッチ画を描く。



STEP /

4 語る

描いたスケッチを親子で見せ合い、気になったものをシェアして語り合う。

「なんとなくセンサー」を働かせ、歩いてみよう

好奇心のフタを開けるきっかけの

動は有効かもしれませんが、そこには面白みが欠けています。感覚・感性といったものに、今一度、目を向けてみる必要があると、私は感じています」

一つとして、市川さんと仲間たちが提唱・実践してきたのが、「Feel度Walk(フィールドウォーク)」です。これは、一定の空間や道のりをゆつくりと時間をかけて歩きながら、気になったものを写真に記録し、写真を基にスケッチ画(「知図」)を描き、最後に仲間とシェアをする…というもの。「あれ?」

「おや?」「なんだ?」…と、歩く(Walk)うちに何かを感じたり発見したりする感覚(Feel度)が高まることから、「Feel度Walk」と名付けられました。これまで子どもから大人まで幅広い世代の人たちと一緒にFeel度Walkを実践してきた市川さん。「Feel度Walkは、いわば思考をゆるめ

るストレッチ。いつでもどこでも楽しく気軽にできるFeel度Walkに、ぜひ親子で取り組んでみてほしい」と言います。Feel度Walkは、「歩く・撮る・描く・語る」の4つのステップからなります。「自宅から最寄り駅までの道など普段から歩き慣れたところを、な

※19、20ページ掲載の写真は、「キャリアガイダンス vol.444」(リクルート刊)にて、埼玉県立小川高校の生徒たちを対象に、市川さんに「Feel度Walk」を実施してもらった際のものです。



まだら模様になったロッカーの錆



側溝に落ちていたアイスのパッケージ



絵が描かれた石。何のため…?

スケッチ画を描いてみよう

うまく描こうとせず、写真を写すつもりで描くのがコツ。

画材は好きなものを使い、鉛筆やペンなどモノクロでもOK。気軽に描いてみましょう。



駐輪場の木。なぜかちょっと洋風…?



棚に置かれていた、持ち主不明のメダル



木の幹にびっしりと生えた苔

んとなくセンサーを働かせながらゆつくりと歩いてみましょう。このときスマホはカメラ機能以外は使わないようにし、音楽を聴くのもやめます。同じ道や場所であれば、親子で一緒に歩かなくても構いません。歩きながら、なんとなく気になったものをとりあえずスマホのカメラで撮っておきます。これを、心の赴くままあてもなく、場所や範囲を変えながらひたすら、続けましょう。Feel度Walkは、興味・関心のあることを見つけるため、進路選択のため…などと意図的にやつてはいけません。無理して何かを探し出す必要はありません」

帰宅後もしくは後日、撮り溜めた写真から1枚を選び、写真を基にスケッチ画を描きます。このスケッチ画を、市川さんは「知図」と名付けています。

「うまく描く必要はありません。最初は描けないと思っても、写真を写すつもりで描けば誰でも描けます。写真を見ながら描いているうちに、被写体の細かい形状や背景に写り込んだものなど、写真を撮ったときには気づかなかった些細なことにまで目が向くようになります。『あれ、これってなんか面白いな…』などと、少しずつ好奇心のフタが開き、自分なりの観察によって気づいたことは立派な知図です。それが描かれているから知図と呼ぶのです」

続けることで、好きなことを見つけるための土台が整う

描いたスケッチ(知図)は親子で見せ合い、お互いが気になったもの、見つけたものをシェアします。対話を通してわが子の内面を探ることも大事ですが、そこにまだ何もないときや何があるのかわからないときは、「外側にあるものに目を向け、同じものを見てそれについて対話することがとても有効」と市川さん。「否定や分析はせず、そのままを受け止めて『面白がり屋になろう』と呼びかけます。

「大人のほうがセンスが鈍っているのか、こんなものを見つけてくるのか、こんな角度で切り取るのかと、わが子の視点や感性に驚かされることもあるでしょう。そんなときは、素直に『それ、いいね!』と伝えましょう。また、『え、そこ!?!』と思わずネガティブな反応をしそうになる想定外のものであっても『お、そう来たか!』と面白がりましょう。周囲への感度が高まると同時に、凝り固まった認識や思考がほぐれるのも、Feel度Walkの効能です」

Feel度Walkで描いたスケッチを基に語り合う際にも、無理



親子で会話をしてみよう

意図的に何かに結びつけようとしたり、
興味・関心を引き出そうとしたりせず、相手にひたすら乗っかり、
あてもなく広がる対話を楽しみましょう。

親 その標識、面白いね！どこで撮ったの？

子 駅前のコンビニの脇のところ

相手の写真を見て新たな発見が！

親 へえ、全然気づかなかった。
こんな風にぐにゃりと曲がることあるんだね

子 そのお店の看板、なんか気になってた…

親 知ってたんだ。
この字体と色づかいがたまらないんだよ

子 学校の近くにも似たような看板がある
喫茶店があるから、今度撮ってくるよ

相手の話題に乗っかり、
自分の思いつきを自由に言ってOK！

親 嬉しい！
そこってプリンアラモードあるかな？

子 わかんない。
喫茶店ってカフェとは違う感じがする

親 確かに。
オシャレ感はないかもね

子 今度一緒に確かめに行こうよ

アクションにつながる予感…

に好きなことに結びつけよう、興味・関心を引き出そうとしないことが大事です。
「『〜といえば…だよ』というように、連想から話題がどんどん広がったり脱線したりするのもFeel度Walkの面白いところ。一見、つながりのなさそうなお話が見つかったり、思わぬ共通項が見出せたり、思いもしないところに話が帰着したりするところに醍醐味が

あります。どこかに誘導しようとして、対話の流れに身を任せてみましょう」
また、Feel度Walkに取り組むことは、「子どもの自己肯定感を高めることにもつながる」と、市川さんは言います。
「『どうせ自分には無理』『自分には向きません』という状態では未来Walkを通して小さな発見を重ね

ることで、『私にも見つけれられた』『私もやるじゃん』と思えるようになり、気持ち前向きになります。歩く、撮る、描く、語るというFeel度Walkを通して心がゆるみ、好奇心のフタが開き、うまく言葉になっていない内面のモヤモヤとしたものがなんとなく滲み出てきた…かも…という状態は、言うてみれば、好きなことを見つ

けるための準備運動ができた状態。Feel度Walkによってアンテナが3本立つ子もいれば1本しか立たない子もいますが、コツコツと続けていると、思わぬタイミングでハッと気づくことが出てきます。意味などないと思っていたところに、自分なりの意味を見出してしまっている。ぜひ、日記をつけるようにFeel度Walkを習慣化し、親子で、なんとなくセンサーの感度を高めてほしいと思います」