



## 「やりたいことが見つからない」への処方箋

# 体験としっぱいの数だけ “アタリ”の確率は上がる

これからの進路選択の起点となるのが興味・関心。

一方、好きなこと・やりたいことが「特にない」「見つからない」という高校生も少なくありません。そんなわが子に保護者はどう寄り添えばいいのか、好きを極める教育の実践者にお聞きしました。



株式会社COLEYO代表

川村哲也さん

「5教科を教えない学習塾」として京都・大阪・奈良・福岡で教育事業を展開する。子どもたち一人ひとりに合った最先端の新しい教育のあり方を模索・開拓しながら、企業や行政、学校と連携した事業を拡大中であり、子どもたちと立ち上げてきたプロジェクトは300以上に及ぶ。

自分がやりたいことに  
出会えるかどうかは「ガチャ」

好きなことややりたいことが見つからない。自分が何に向いているかわからない。もし、お子さんがそう言っているのであれば、可能性は2通りあります。1つは、そうしたものにまだ出会っていない可能性。もう1つは、既に自分の手の中にあるのに、そのことに気づいていない可能性です。

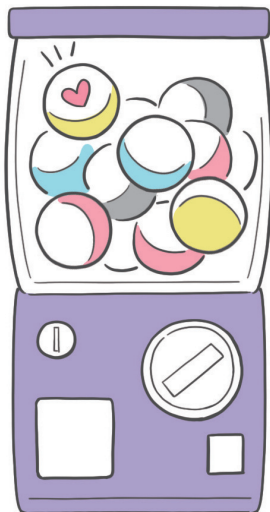
大前提として私は、「人は皆、誰もが何かしらの才能や資質をもっている」と確信しています。スポーツの技能のようなわかりやすいものもあれば、例えば、人を助けるのが好きなど、さまざまな角度や要素があり得ます。そして、何万とある中から自分にピッタリと合うものを見つけられるかどうか、出会えるかどうかは、運だと思っています。最近の言葉で言えば、「ガチャ」です。将棋の藤井聡太棋士や野球の大谷翔平選手は、幼いころに「アタリ」を引き当てたレア中のレアケース。自分が心からやりたいと思えることや能力を存分に発揮できるものと出会うのは、そう簡単なことではありません。

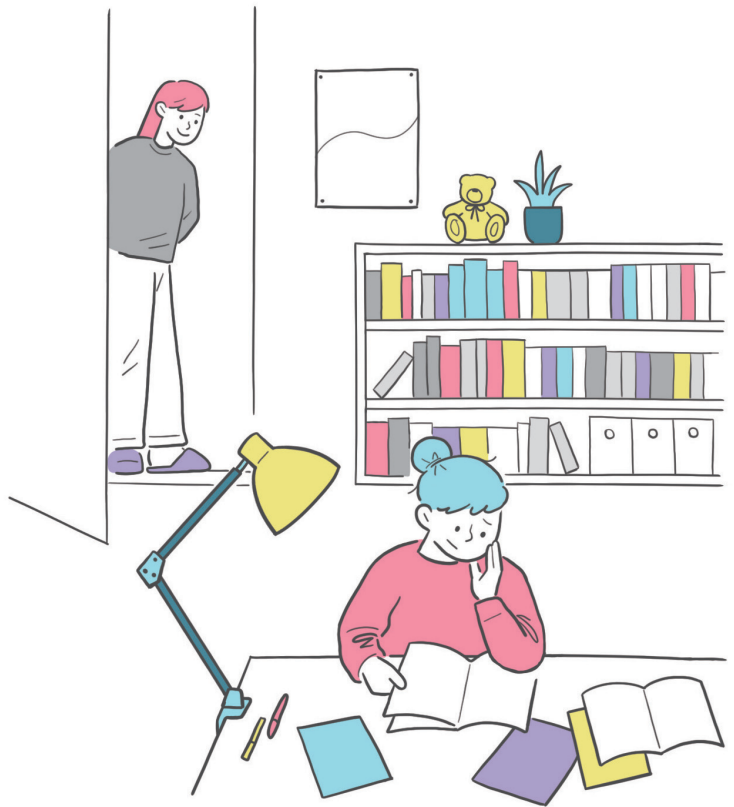
出会えるかどうかは運だ、ガチャだ、可能性は低い……と言ってしまえば、元も子もないと思われるかもしれませんが、努力次第で出会いの可能性を高めることはできます。それについてはこの後、お伝えしたいと思います。

「体験の数」を増やして、  
出会いのチャンスを広げよう

話を戻しましょう。まずは1つ目の、好きなことややりたいこと、自分に向いていることにまだ出会っていない可能性について。高校生なのですから、これは大いにあるでしょう。やりたいことや自分に合ったことを見つけるうえで最も簡単なのが、「体験の数」を増やすことです。ガチャでアタリを引きたいければ、とにかく片っ端から引けばいいのと同じシンプルな理論です。「やってみたこと」が多い人のほうが、心からやりたいことに出会える可能性は確実に高くなります。まずは親子でその共通認識をもっていたいだきたいと思えます。

いろんなことをやってみた結果、ビビッとくる何かを見つけた人は、その何倍もの「ビビッとこなかった経験」をしているはず。つまり、「やってみただけ





思っていたのとは違った」とか「自分には合わなかった」という、いわば「しっばい」をしているわけです。ちなみに私が「失敗」ではなく「しっばい」と表記するのは、大して失わないし、誰かに敗けるわけでもない…という思いからです。しっばいと気づきはセットであり、いろんな体験を重ねることで、なんとなく自分に合う・合わないという方向性が見えてきた…という経験は、保護者の方自身もあるのではないのでしょうか。新しい体験は、基本的にしっばいする確率が高いもの。保護者の皆さんには、

ぜひ、しっばいして当然、しっばいバンザイというおらかな気持ちで、わが子の「やってみる」を後押ししていただきたいと思えます。

高校生のうちに体験の数を増やすためにも、部活や委員会、習い事などは、本来はコロナと替えていろんなことを経験したほうがいいと私は思っています。一般的に、途中でやめる・替えることにはネガティブな印象がありますが、「続けること」が目的になっているようなら、思い切つてやめて新しいことに挑戦したほうがいいこともあるでしょう。

私自身、長くバスケットボールを続けていましたが、今振り返ると、大事なのは一生懸命に努力することであり、打ち込む対象はバスケットでなくてもよかったと思います。もちろん、バスケットを通してできた仲間との絆や関係性は宝物ですが、バスケット以外のものと出会うチャンスを狭めていたかもしれません。もし、お子さんが他にやってみたいことがあっても何かをやめたい、エネルギーを注ぐ先を替えたいと言っているのであれば、たとえそれが軽いノリのな動機であっても、しばらくは見守つてあげてほしいと思います。

### みんながしていない、レアでローカルな体験こそ価値がある

体験の数を増やすうえで基本となるのは、「ちよつとでもやってみたいことは、とにかくやってみる」というスタンスです。保護者目線で言い換えると、「わが子がちよつとでも興味を示したら、否定せずに応援する」となるでしょうか。なぜなら、自分からやりたい思ったことには、エネルギーを投入できるから。つい「そんなことして大丈夫なの!？」という反応をしがちですが、そこはグツと堪えて待ちましょう。

一方、やってみてみたいことが思い浮かばない子もいるでしょう。そんなときは、人からの誘いやすすめに乗せるかたちでもいいと思います。気が進まなくてもやってみたら意外と楽しかった、自

分に向いていたということもあります。

また、おすすめのものが、先生でも保護者でもない第三者の大人との出会いの場をつくることです。わが子を自分の知り合いや同じ職場の若手などと引き合わせ、話をする機会を設けてみてください。高校生ともなれば親の意見は主観的で偏りのあるものだとということに気づいているはず。自分の親とは異なるさまざまな意見や価値観に出会うことで、点が線に、線が平面に、平面が立体に…と物事の見え方が複合的で多面的になっていくはず。そして、そうした人々との会話の中で、興味・関心が広がっていくこともあるでしょう。たくさんの体験をすること、そして、たくさんの人と出会うことが、好きなことややりたいこと、自分に向いていることに出会う確率を高めるのです。

どんな体験も出会いも価値あるものですが、なかでも価値が高いと私が考えているのが、五感を伴うフィジカルな体験、そして、他の人がしていないようなレアでローカルな体験です。例えば、自宅で英会話アプリを使って英語学習をするという体験よりも、街に出て地元観光地で外国人を案内するという体験のほうが、より得られる気づきが多そうですね。情報化、デジタル化、機械化、量産化…といった今の世の中の流れにいかに向かうか。いかにニッチを追求するか。迷ったときにはみんなが





“しっばいを教える教室”の代表が高校生に伝えたい「ガチャ時代」のやりたいことの見つけ方  
(川村哲也著・教学社刊)

どんどんと変わりゆく、「人生の正解」が誰もわからない時代。自分だけの正解に近づくために、誰も経験したことがない「しっばい」をたくさんしよう。そんな川村さんによる高校生へのエールが込められた1冊。

ことをやっても仕事にならない、やめとけ」と言つて諦めさせる…というのが常套で、「やりたいことをやる」と「儲かる(経済的合理性)」は相容れないものとされてきました。しかし、時代は変わり、デジタルテクノロジーの恩恵もあって、今はやりたいことをとことん追求している人、好きなことを仕事にして楽しんでいる人が、経済的合理性も獲得できる時代となっています。5年後、10年後の世の中がまったくわからないなか、知的作業がほとんどとAIに置き換えられるこれからの時代に強いのは、やりたいことや好きなことを突き詰めた人であると私は思っています。お子さんがそうしたものに会えることを、願っています。

保護者へのメッセージ

「一番近くにいる他者」としてわが子の自立を見守って

先ほど、高校生に伝えたいこととして「自分で決めることを大事に」と述べましたが、「決める力」は人生で最も大事な力だと、私は考えています。自分で決めるというのは、その結果がどのようなものであっても受け止めるという、覚悟でもあります。一方、人は意思決定権がないと、起きた結果に対しても責任が感じられません。そして、誰か、何か

のせいにして生きることになってしまいます。コントローラーを握っていないゲームのような人生は、きっと面白くはないでしょうし、時には生きづらさにもつながるでしょう。

保護者は、生まれたときからわが子の成長を誰よりもそばで見守ってきたがゆえに、わが子が自分とは別の人間であることをつい忘れがちです。まずは、高

校生になり、成人を前に自立のフェーズにあることを親子共が認識・理解し、少しずつ「子どもが自分で決める」シーンを増やしていくこと、範囲を広げていくことが大事だと思います。保護者の方にはぜひ、これまで同様にお子さんに愛情を注ぎ、幸せを願いつつ、「一番近くにいる他者」という認識で自立を見守ってあげていただきたいと思います。

親から  
子に贈る

観察日記ワークシート

やりたいことは特にない、自分が何に向いているかわからない…。そんなお子さんの自発的な気づきを促すために有効なのが、他者からの「観察日記」。親子という立場を一度リセットし、客観的な視点でお子さんの様子を観察・記録し、「やりたいこと探しの参考資料」として手渡しあげましょう。

【ワークシートの使い方】

- このワークシートは「保護者の記入欄」(上部)と「お子さんの記入欄」(下部)に分かれています。先に保護者の方が、「お子さんの様子を見ていて気づいたこと(よくやっていること・始めると長いこと・昔と変わったこと・テンションが高いこと)」を「保護者の記入欄」に記入してください。
- 記入したら、すぐには渡さずしておいてください。お子さんが自分のやりたいことについて考え出したタイミングで、思考の手掛かりとして渡すのがおすすめです。

【注意点】

- このワークシートは、お子さんのやりたいことの発見を手助けするためのシートです。親と子の関係ではなく、あえて「他人の観察記録」として、できるだけ客観的事実と解釈だけを書いてください。
- 「～したほうが良い」「～すべきだ」など、保護者の方の主観的な意見は避けてください。
- 些細なこと、改めて言わなくても伝わりそうなことでも、あえて「記録」として書いてあげてください。家族の中では当たり前のことでも、周りから見るとそれは才能のタネかもしれない。



次の「やってみたい」を見つけるための

## 一番身近な人からの 君の観察記録

### よくやっている (頻度)

例) お友達とよく電話している。うっすら聞こえる感じだと、自分が話すより友人の話聞いて、相談に乗ってあげている時間が長い。  
例) 人を笑わせることが好きみたいで、お友達や兄弟の中でもよく冗談を言っている。

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

### 始めると長い (時間)

例) モノを作り始めると長い。しかも最中は声が聞こえないくらい集中している様子。完成しないと気が済まないだろうな…。  
例) 新しい服を買う際、ネットの口コミサイトやYouTubeのレビュー動画を端から端までチェックしてから購入を決めている。

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

### 昔と変わった (変化)

例) 食事の栄養バランスを気にしたり、フォームの確認をしたりしている。勝敗より「体の仕組み」に興味があるのかもしれない。  
例) 以前は散らかっていても気にしなかったが、最近はインテリアに興味が出たようで、部屋の配置換えを頻繁に行っている。

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

### テンションが高い (熱量)

例) お友達とお出かけのスケジュールを立てているときは情報を詳しく調べて、丁寧にプランの計画をしている。  
例) スマホやPC周りの新しい商品を見ているときは自然とニヤニヤしてる。

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

保護者記入はここまで

### 過去の観察記録から考える、君の「やってみたい」仮説

例) 人の相談に乗る仕事は向いてるかも。高校生活では後輩の相談に乗ってみたい。進路でも人間関係でも/将来は自分でロボット作ってみたい。小さくてもいいから今からやってみたい/デザイナーの未来もありだなと思うので、まずは一人暮らしの部屋は理想の部屋にしたい/旅行のプランを作る仕事は憧れる。今年は友達との旅行のプランを立ててみたい。まずは日帰りでもいいから/…

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_