

学生相談とキャリア教育

～こころの成長を進路決定に生かす～

安住 伸子

(神戸女学院大学ヘルスサポートセンター カウンセリングルーム)

一 キャリア教育とは

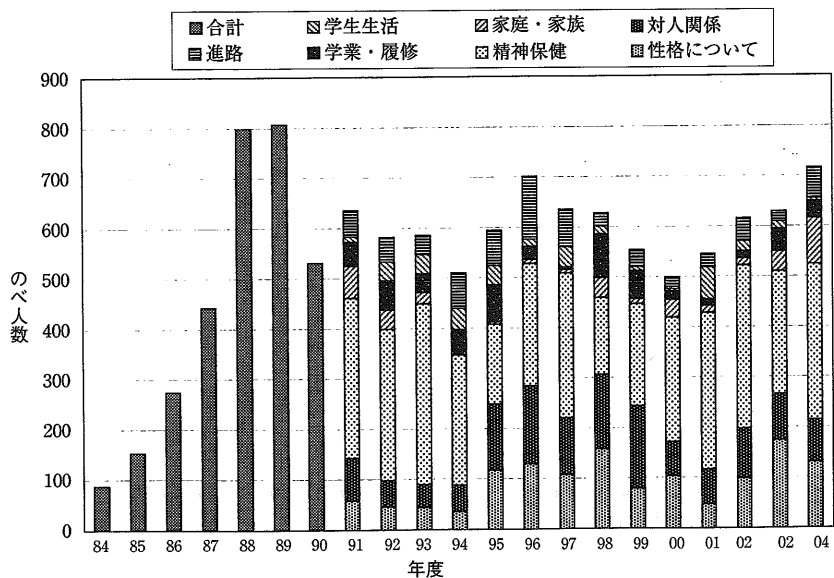
フランスで若者の雇用に関する法律改正をめぐって大規模な抗議行動が行われたのは記憶に新しい。現代における若者の就職や雇用の問題は、今や先進国共通の社会問題と言えるかもしれない。昨今の若者の就業意識の低下や離職率の高さについて悲観的な見方をしていく向きもあるが、実際には切実に働きたいと思っている若者が大半である。

玄田(二〇〇一)は、若者の就職に対する不安は、「現在の中高年の既得権を維持・強化しようとする社会・経済構造の産物」であるとし、フリーターや転職者の増加の原因は「若者の働く意欲が低下したのではなく、こだわりをもてる、自分の未来や成長を感じられる、自分に誇りを持

てる仕事に出会える機会が、一握りの人々に限定される傾向が強まっている」仕事格差の問題にあると指摘している。筆者は、大学の学生相談に携わって一五年以上、学生が社会に旅立つ過程をみてきた。大学は卒業というゴールがあるので必ず卒業後の進路を考えないといけないわけだが、学生期はアイデンティティの形成のために重要な時期である。それはとりもなおさず自分が何者であり、何ができるのか、何をしたいのか、将来自分は何を仕事にしてどこで生きていくのかということを探求することには他ならない。これこそキャリア教育であり、「将来の生活設計と関連づけながら、現在の職業選択をし、生活上で果たしたいと願う様々の役割(職業人、親、配偶者、市民など)のバランスを考え、生き方を考える過程」なのである(二〇〇一、渡辺)。日本では「キャリア＝職業・仕事」という誤った認識が

図1 1984年度から2004年度までの主訴別相談のべ人数の推移

(*84年度～90年度までは合計を表示)



二〇〇一年度から二〇〇四年度の間に「進路」を主訴として来談した五五事例の相談の中で取り扱われたテーマを一覧(表1参照)にし、相談にきた学年によってどのような特徴があるかを調べてみた(二〇〇六)。それによると来談した学年にかかわらず存在するテーマと、学年に特徴的なテーマが存在することがわかった(表2)。

すなわち、「自分を振り返る」「親との問題」のテーマはどの学年にもあるが、学年が上がるに従って頻度が増してくる。一方「情報収集」の頻度はあまり変わらずどの学年にも現れていることから、学生の内面の底辺ですと流れているテーマであることが伺えた。これらを総合して考えると、学生の進路選択決定過程には、共通の流れがあるように思われた(図2)。すなわち自分を振り返り、親との関係について考え、情報収集をしながら適性について思いを巡らせ、繰り返し気持ちの整理をしながら何度も進路を見直し決断に至るのが進路選択決定過程と言えるのではないかと。そしてそれを傍らで見守る灯台のような存在が、揺るぎやすい学生のアイデンティティを支えるために不可欠なのではないかと筆者は考える。

三 学生相談における進路相談

ここで実際の進路相談がどういふものかを理解していた

ひろまっているが、本来のキャリアとは生き方そのものを指し、キャリアカウンセリングの草分け的存在である Super D.E.のキャリアアレインボウ^⑤は生まれてから死ぬまでの人生全体を視野に入れて(一九八〇)。この「生きること」を焦点にすえた支援がキャリア支援であると筆者は理解している。それを援助するために、本学のカウンセリングルームでもキャリアグループを一五年以上続けてきた。そのグループの効果を進路選択に対する自己効力尺度(浦上、一九九五)を用いて調査したところ、グループに参加した学生は、参加しなかった学生よりもより積極的に就職活動や進路選択決定に関わられたという結果を得た(安住・足立、二〇〇四)。

このようなグループプログラムでのキャリア支援も有効だが、学生相談の基本は個別面接にある。鶴田は大学生期を入学期・中間期・卒業期に分け、それぞれの時期に相談に来た学生が直面する課題について分析しており、特に進路の問題については「一般に、入学の時点では『将来像』が問題となり、卒業の時点では『仕事』の現実的選択が問題となる。学生期の進路についての相談では、両者をつなぎあわせて、学生が自分らしい進路を選択する準備作業を行うことを援助することが必要である」と説明している(一九九九)。進路の問題は卒業時だけに限られたものではなく、入学した時点からすでに始まっているのである。な

らば学生相談における進路相談こそまさしくキャリア支援でありキャリア教育といえるのではないだろうか。

二 大学生の進路選択決定過程

では学生相談における進路相談とはどのようなものであろうか。実際、進路に関する相談はどの時代も少なくない。図1は、本学のカウンセリングルーム開設当時から二〇〇四年度までの相談の延べ人数を主訴別に示したものである。年度による増減はあるが、多い時は延べ一〇〇人以上の進路相談がある。統計の便宜上一人一主訴に限定しているが、他の相談で進路の話題が出ることもある。これについては後に詳しく述べる。

一、二年生であれば再受験や編入、転学部など進路変更にかかわるものから「大学があわない」という主訴のもとに、自分が抱く違和感・不応感について相談にやってくる。三、四年生になると今度は卒業が視野に入るようになり、自分の適性や興味、やりたい仕事は何なのかを考える必要に迫られ、きっかけを求めて来談する。この時、単なる情報提供だけを求めている学生以外には自分の生い立ちや家族・性格の話をする人が多い。

筆者は、大学生の進路相談の中で取り扱われるテーマに共通点があるのではないかとこのことを確かめるために、

表1 相談面接の中で扱われたテーマ一覧と主な内容

進路の見直し	「考えていた進路が思ったより大変そうだ」「新たな進路の模索」など
親との問題	「進路をめぐる親と意見が合わない」「親とは心理的な確執があって相談できない」など
気持ちの整理	「就職活動がうまくいかないなどのトラブルで混乱した気持ちを整理」「自分はこの先どうしよう」など
自分を振り返る	「自分自身の性格や経歴や興味に思いをめぐらせる」「自分を見つめなおしたい」性格テスト
適性	「自分に向いている職業を教えてください」職業興味テストなど
情報収集	「どこで情報が手に入るか」「どんな職業があるのか」など
決意決断	「複数の選択の間で迷っている」など
確認・報告	「自分の決断を誰かに聴いてもらうことで再確認したい」「自分の中で収まりをつけたい」など

表2 2001～2004年度に「進路」を主訴として来談した学生の来談学年別相談内容一覧（複数回答）

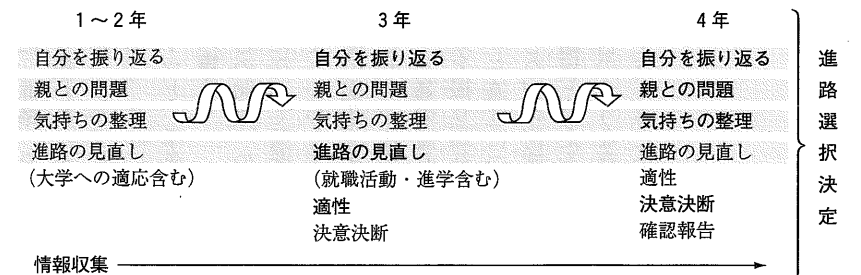
	1年次来談	2年次来談	3年次来談	4年次来談	合計
自分を振り返る	2	1	12	9	24
親との問題	4	3	3	9	19
気持ちの整理	1	2	4	7	14
進路の見直し	4	3	5	2	14
適性	0	0	8	2	10
決意決断	0	0	3	6	9
情報収集	2	2	3	2	9
確認・報告	0	0	0	3	3
合計	13	11	38	40	102

……その学年に特徴的なテーマ

……来談した学年にかかわらず存在するテーマ

図2 大学生の進路選択決定過程の流れ（モデル図）

（※ゴシック体は特に多かったテーマ）



だくために典型事例を紹介したい。いずれも実際にあった事例を複合させた模擬事例であり、プライバシーの保護のために多少の改変を施してあることをお断りしておく。

〈事例一…「大学をやめたい」と訴えるAさんの事例〉

Aさんは高校まで活発でリーダー的存在としてこなし、対人関係でつまづいた経験もなく大学に入学した一年生である。ところが大学に入学してから最初に友達になったグループのメンバーと一緒にいると、どうも息苦しさを感じるようになり、いたたまれなくなってきた。どこかのグループに入っていないかと落ち着かない。自分だけ一人ではいると思われのがいや。一緒にいる友達がいないと大学にも来れない。いつそ大学をやめたい」と泣きながら訴える。

よく聞くと高校まで自分がみんなを引っ張っていく立場だったのに、大学ではもつとリーダーシップのある子がグループの中におり、自分の居場所がないように感じていたことがわかる。何度か面接を繰り返すうち、自分が今までリーダーではない立場で友達と一緒にいるという経験がなかったためにとまどっていたことに気づく。別のグループの友人にたまたま話しかければ、彼女のほうが話しやすく一緒にいても楽なことだから、迷いもあったがもといグループから抜けて彼女のグループに入ること安定する。「今まで自分ががんばらないうことだと思っただけじゃないか」ということだ。大学はやっぱり卒業したい」ということで面接を終了した。

Aさんは対人関係から進路の問題に発展した一年次の事例であり、毎年何人かはよく似た訴えで来談する。これは今まで通りの自分では周囲と折り合いがつかないこともあるという気づきによって大学に残る決心に至った例である。高校生から大学生になる段階で陥りがちなアイデンティティの危機であるが、このことによって自分が大学生としてやっていくのだという自覚を生んだのも事実であり、本当の意味で大学生になるための通過儀礼でもあったといえる。

〈事例二…進路変更で相談に来たBさんの事例〉

Bさんはもともと大学に入学するかどうか迷いつつ、周囲の勧めもあつて入学。しかし大学の雰囲気になじめないものを感じて入学後まもなく不登校状態に陥る。親のすすめもあり本人もどうしていいかわからずカウンセリングルームを訪れる。話をする中で、このまま時間をかけても大学を卒業したいのか、それとも自分がやりたかったことを今からやりたいか、自分の気持ちを何度も確かめつつやはりやりたいことにトライしたいか、自分の気持ちのほうで強いのことを確認、その後の方針を決めて退学した。退学後手紙で様子をうかがったところ、元気にやっているとのことであり、方向転換したことに対しては「この先また迷うこともあるかもしれないけど今はこれでよかったと思う」とのことだった。

これも一～二年次に時々みられる相談である。Bさんの場合は年齢相応かそれ以上に成熟していたこともあり、自

分の気持ちや思いを言葉で表現する力があつたからこそ出せた結論だろう。精神的に未熟で大学という未知の世界に飛び込む勇気がないために同じ結論に至つた例もあるが、いずれにしても重要なことは「自分で決められた」ことである。周りに流されてきただけの進路はいずれ破綻をきたしやすい。結論がどうでもカウンセラーは学生がそれを自分で考えて出したことを評価し、それによって本人も自信を得た事例である。

〈事例三…自分の対人関係のありかたから進路の問題に発展していったCさんの事例〉

Cさんは自分の対人関係のあり方について二学年に相談。話していくうちに家族との関係にも問題があることに気づく。自分が親の意見に非常に影響を受けていたこと、実は自分は心底賛同していなかったにもかかわらず、親の意見だからと鵜呑みにしていたことに気づく。親の意見に混乱するたびに何度かカウンセラーから投げかけられた「Cさんはどう思うの?」へ「Cさんはどうしたいかな」という問いかけに、徐々に自分の気持ちに気づくようになり、家族の反対を押し切つて海外に短期留学。とても自分にはできそうにないと思つていたことが実現し、自分でもびつくりしながら「今まで気にしていたことがどうでもよくなった。そのかわり、今まで見えなかったものが見えてきて、今までは親の言うとおりの公務員にでもなろうかと思つてたけど将来こういうふうになりたい、という自分のイメージが見えてきた」と語り、就職して卒業した。

相談の中で進路の話題が出た学生にアンケート調査を行ったところ、危機的状況ほど「自分を肯定し、支えてくれる相手に話を聞いてもらえたことがよかつた」と回答した学生が多かつた(二〇〇五、安住)。進路はアイデンティティの形成と不可分であり、自分らしさを見いだしていけるチャンスでもあるのだが、親との価値観の相違が明確になり、自らの土台が根底から揺るがされるという諸刃の剣の側面もある。その危うい自己評価や自尊感情を支えてくれる場所があるかどうかが進路選択においても重大な意味を持つ。不安のあまり目の前の選択にとびついて後悔する学生も多い。Cさんのケースは、自分らしさを見失わずに進路を決定するためには自らのよりどころとなる場が必要であることを教えてくれた事例である。

〈事例四…単位が取れないことをきっかけに進路を見直したDさんの事例〉

Dさんは、両親親族とも教師一家の中で育ち、当然彼女も教師になることを期待されながら大学に来た。本人もそのつもりで就職をとつてきたが、どうしても就職に必要な単位が取れず、悩んだ末に三学年に相談。今までの生い立ちを話すうち、親が理想とするような先生にはあまりなじみず、むしろ親が教師としてはあまり評価していないような先生に自分は親しみを感じてきたことに初めて気づく。両親から押しつけられてきた教師像に対しては「そういうものだ、と思つていました」。その後、

不登校の生徒をサポートするようなボランティアに参加したり、教育関係の企業を訪問するうちに、教師だけが教育に関われるわけではないことに気づく。「少し時間がかかるかもしれないけど、自分で納得のできる仕事を探してみたい」と言つて面接を終了した。

「自己効力感」というのは、自分がいかに上首尾に目的に向かつて遂行できると思うか、といういわば自信のようなものだが、この自己効力感が低い人ほど進路選択決定のための活動には消極的で、高い人ほど積極的であると言われている。しかし、逆に考えれば自己効力感が高い状態での進路未決定状態もあるはずで、Dさんはまさに積極的但未決定状態を選択したと言える。自らの適性に疑問を抱いたのは単位が取れないという躓きからだったが、そこから自分らしさをプラスした進路選択をすることができた。モラトリアムという受け取り方もあるだろうが、主体性のある勇氣ある選択とも評価できる。ここでも「自ら決定した」ということが重要なポイントであろう。

〈事例五…家族の問題から進路の問題へ発展したEさんのケース〉

Eさんは、両親の離婚問題で四学年に相談。就職活動がうまくいかないことも悩んでいた。両親の葛藤を見ながらも自分より相手のことを優先してしまいがちだったEさんは、自分は両親に対してどういう立場をとつたらいいのか悩んでいた。話を聞いているうちに次第に両親に振り回されてい

た自分を受け入れられるようになり、両親からも心理的に距離がおけるようになってくる。それにつれて「両親のどちらにつくか、ではなく自分の働きたいところに一人で住むという選択もありかも」と思い至る。険悪だった父との関係も、母と距離がとれるようになることで変化し、父のよい面も見えてくる。結局両親は離婚することになったが、父は何かあつたときのよき相談相手となり、Eさんは自ら選んだ企業に就職して家を出た。

家族の問題がダイレクトに持ち込まれるのも最近よくある事例である。Eさんのように、特に家族からの自立のテーマを迫られる時期に、自分を支えてくれるべきはずの家族が根底から揺らぐというのはかなりきつい体験である。そのことを自立のための推進力にできるか、家族からの離脱に失敗して崩れてしまうかは本人の力量にもかかつているが、いずれ一人でやつていかななくてはならないし、必ずそれができると学生を信じて支えることが、学生の立ち直りだけでなく進路を決定するために必要な援助であろう。

四 結びにかえて

このように、学生相談に持ち込まれる相談にはあらゆるところに進路の問題が含まれていることがおわかりいただけただろうか。進路決定のためのこころの成長の援助では①自分を客観的に見られるようになること、②自分なりの

価値観を持てるようになること、③自分で決定すること、が重要なポイントと思われる。特に②については親の価値観と同じでもかまわないが、主体的にそれを選び直すというプロセスが不可欠であるようである。

昨年「キャリアⅡ職業」という誤解の広まりから、職業相談や職業選択が人生相談やカウンセリングから独立した別個のものであるかのように扱われる風潮が加速しており、危惧される場所であるが、もともとカウンセリングが職業相談から発展したことでもわかるように、両者は切り離して考えられるものではない。両者の間にあえて違いを見いだすとするならば、カウンセリングがもっぱら今現在クライエントが困っていることに焦点をあて、問題解決に向けてともに考えるということがメインであるのに対し、キャリア支援はクライエントがこれから歩みたいと思う進路と現実を視野に入れ、将来生きていける場を考えながら現在の問題について話し合うというカウンセラー側の姿勢にある、と言えるかもしれない。卒業してからのほうが人生は長い。若者の雇用が社会構造の影響から免れられない以上、思い通りの職業を必ず選べるとは限らない。予測できない進路変更を迫られることがあっても主体的に進路を選び取る経験が一度でもあれば心構えができる。社会に出る前の学生にとって、それは非常に時宜を得た必要な援助と言えないだろうか。

(注)一九八〇年にSuperによって提示された生涯経歴の虹。このモデルを通して我々は生涯を通して多様な役割(子供、学ぶ者、余暇人、市民、働く者(失業・非就職含む)、配偶者、家庭保持者、親、年金受給者)を同時に複数の舞台(家庭、地域社会、教育機関、職場などの環境)の上で演じており、役割が相互に作用していることを示した。

【参考・引用文献】

- 女田有史、二〇〇一、仕事の中の曖昧な不安、中央公論社
 渡辺三枝子・Edwin L. Herl、二〇〇一、キャリアアカウンセリング入門—人と仕事の橋渡し—、ナカニシヤ出版
 Super D.E.1980, A life-span life-space approach to career development. Journal of Vocational Behavior, 16(30), 282-298
 浦上昌則、一九九五、学生の進路選択に対する自己効力に関する研究、名古屋大学教育学部紀要(教育心理学科)四二、一一五—一二六
 安住伸子・足立由美、二〇〇四、女子大生の進路選択決定援助に関する研究、学生相談研究No.25、一、四四—四五
 鶴田和美、一九九九、学生相談で語られる「将来像」から「仕事」への移行過程、名古屋大学学生相談室紀要、一一、二二—二一
 安住伸子、二〇〇六、大学生の進路選択決定過程に関する一考察、神戸女学院カウンセリングルーム紀要、一一、三九—四三
 香山リカ、二〇〇四、就職がこわい、講談社