

● 事例紹介 ●

メンタルヘルスからみた学生の就職・進路への支援のあり方

吉野 啓子

(宇都宮大学保健管理センター教授・カウンセラー)

一 はじめに

平成一八年度北関東甲信越甲信越地区メンタルヘルス研究協議会において「学生の進路選択とメンタルヘルス」の分科会に司会者の一人として各参加大学・高専がキャリア教育やインターシップなどどのように取り組んで成果をあげているか、今の問題点はなにかなどについて謹聴する機会を得た。その討議内容やキャリア教育とメンタルヘルス・学生相談との共通する点についてはその一八年度報告書に記載したところである。

さて、今回の事例紹介するにあたっては、メンタルヘル

スの立場から大学で関わった学生のなかで、進路・就職がカウンセリングにおいてテーマや話題となったものを取り上げて、キャリアカウンセリングとの接点や相補う点などを再確認したい。なお、メンタルヘルス領域の事例では強い不安、劣等感もしくは心的外傷などに苛まれていることが少なくない。その対処として、投薬さらにカウンセリングによる心理的操作を主として用いるが、その過程で就職や進路の問題とメンタルヘルスとの結びつきが強い卒業年度の事例を選んで提示することにした。

二 就職・進路決定を巡るカウンセリング

【面接試験への即効対策を求めてきた事例】

夏休み前に「人生相談」を主訴に四年生の男子が二回面談に訪れた。一回目には、翌週に公務員の二次試験で筆記試験と面接があるが、何もしてこなかった大学生生活を振り返ると、不安ばかり強くて面接に自信を持って臨めないと言った。というのは、大学の入学式は会場の外にいて、オリエンテーションには遅刻した。授業はいつ始まるのかからず、最初のうちは行かなかった。その後、授業には出ていたが、サークルには入らずに、コンビニやガソリンスタンドでバイトをした後は市内を徘徊していた。漫画を読んだりテレビを見たり、なるべく楽に過ごしたかった、と引きこもりがちだった三年間をネガティブに評価した。数日後の二回目には、強気で硬い表情をして、人と話すのが苦手だが、面接になったら、コーヒーとテニスに興味で、合格後は勤務までに英会話の勉強をする、四月にボランティアとして河川の清掃を一回したのを大げさというしかないと言っている。本当は英語の勉強などしたくはなく、勤めの仕事だけこなしたら、気楽な毎日を送りたいとぼそっと言う。

就職活動対策に四苦八苦しながら試験や面接に臨む卒業年時のなかには不安緊張が強く、心身の不調を感じている人も多い。その苦しさを訴えに面談に来た場合、カウンセリング場面では辛さを共有することがせいぜいで、そこで訴えられる劣等感や不安に対しては、就職活動が成功する以外に有効な回復方法はない。

【就職活動を契機に不適応が表面化した女子学生】

四年生の女子学生が、成績優秀であったため、夏に学校推薦で有名企業の人社面接に臨み、その際、「自分の希望しない仕事もやれますか」と聞かれて「やりません」と答えて落とされた。それから大学への足が遠のき、自宅で読書や音楽鑑賞をして過ごし、家族が学業を促すと、「学校を辞めたい、死ぬからいい」と泣き騒ぐので困った父親が翌年三月に相談に訪れた。本人にも来てもらおうと表情が硬く「辞めるからもういい」と面談にならない。秋になり、休退学を考えるためにも面談して欲しいと指導教員から依頼され、翌年三月まで面談を続けた。ほとんど対話にならず、悩みの中心である研究室や家族の話になると激昂し、「死ぬからいい」といい募る。その後、腫れ物に触るような上級生の援助によって何とか卒業に漕ぎ着けた。両親は

深く感謝したが、本人は卒業後、研究室で相手にされない
と逆恨みし、研究室のホームページに侵入して悪口雑言を
書き込んだ。教員から連絡を受けたカウンセラーが、抑う
つ状態で加療していた精神科医と家族に連絡を取り、投薬
変更や大学への出入りを辞めるようにと依頼して終結した。
熱中するどころでもやりぬくところがあり、性格の未熟
さや偏りが軽ければ、研究者としての道もあったと推測さ
れる。

これほど極端な事例ではなくとも、やりたい仕事だけを
したいという気持ちは学生ならば誰しも持ち合わせている。
さらに、学業面では何ら問題のない、むしろ優れている学
生が、社会へ出る時期を迎えて、社会で一人前にやること
を考えると不安でいたたまれないと適応不全を起こすこと
がある。その一方、学校内外の情報を取り入れてひとまず、
就職戦線を乗り越えたばかりの卒業生が、職場状況の悪さ
と周囲の同期入社が多くが離職するので不安だと涙ながら
に相談にくることもある。情報過多と周囲の状況に押し流
されて、自分本来の生き方を見失っているのだが、面談時
には、それ以外にも不安となりやすいそれぞれの要因があっ
て、就職を契機に表面化したことが語られることも多い。

を続けているうちに、落ち着いてきた。面談のなかで、二
年間卒業が遅れたことへの強い自責感が薄らぐにつれて、
巨大ミミズに襲われたが教員に救われた夢の話や趣味、家
庭での厳しい躰のことなどがいろいろと語られ始めた。ま
た、内定していた就職先は父親が彼に向いていると判断し
て勧めてくれた所だという。

本来の几帳面な性格から、卒業研究の課題を果たせない
ことが大きな負い目となって、劣等感や自責感が強まり、
抑うつ状態となって、卒業へ向かう自信と意欲とが削がれ
ている。本人に期待し、受け入れてくれる家族や社会の側
からの働きかけがきっかけとなって、本来の自信を取り戻
していったことが窺われる。

【卒業によって喪の反応を乗り越えた女子学生】

三年の終わりに母の希望でひとり暮らしから自宅通学に
切り替えた。ところが四年生の春に母親が急逝し、半年休
学後、秋から授業に出たが、一、二ヶ月で来られなくなっ
た。留年した翌年四月に卒業に向けてがんばろうと教員と
相談した翌日からまた来られなくなった。一年後に父親に
卒業延期が知られてしまい、相談に来た。

【周囲からの適切な援助で無気力を脱した男子学生】

四年生までは充実した大学生活だったが、卒業研究のテー
マに馴染めずに大学院進学もあきらめた時期と前後して、
遠方に住む母親が病気で手術を受けた。留年となって翌年
は研究テーマを変えたが、成果は上がらなかった。再留年
の年は就職先も内定し、秋からはアルバイトも辞めて卒業
研究に臨んだにも拘わらず、暮れ頃より、意欲が無くなっ
たと三月に相談に来た。面談時は会話も小声で途切れがち、
日常生活にも抑制が強く、不眠もあり、投薬を必要とした。
その後の数回の面談は忘れることや遅刻が目立ち、自信の
なさそうな様子が目についた。

来室経緯を聞くと、今年も卒業できぬまま春休みとなっ
てしまったので、親に連絡したところ、父は地元に戻って
仕事を探すようにと、母は悔いを残さないようにといった。
それで内定していた就職先に挨拶に行った。すると、思い
がけず、遅れてもよいので来て欲しいといわれたため、研
究指導教員に卒業について相談した。まず、カウンセリン
グを受けに行くように指示されてきたと話した。

学校へ来れないのは、教員から出された課題が仕上が
らずに研究室にいくことができなかったためだといひ、毎
日出される宿題を仕上げて教員に指導を受けるという日課

面談では二年前に急逝した母のことを語ると感情が抑え
られずに泣き崩れ、疲れてベッドで休んでいく程であった。
休学も進めたが、そう多くない単位取得で卒業可能という
ことで通学に焦点を当てることとした。毎回、母親の死の
前後を巡るエピソードが繰り返して話され、家では描画、長
編ロマンの読書などをしながら面談と授業に通っていた。
卒業後の進路について話題にすると四年時には就職活動を
したもの、今はしたくない、毎日働くのは嫌だと即座に
いう。七月に祖父が亡くなり、八月の盆が終わった後、父
親が急に退職して、毎日、自宅にいるようになった。後期
には、授業日以外も大学へきて予約なしにカウンセラーに
会いにきていた。暮れ頃から元気が出てきたといい、友人
と旅行へ行くなどしていた。二月の面談時に、二年も卒業
が遅れた自分がなさけないと泣き、センター試験の成績で
入れる大学を選んだのが間違いだっただ、芸大へ行けばよかつ
た、文学部へ入りたかったと嘆く。その後、すぐにインフ
ルエンザにかかり数日間寝込んだ。

卒業認定後の面談時に四月以降のことについて尋ねると、
卒業が決まった途端に周囲の雰囲気が変わりだしたという。
祖母は自宅から通えるところに勤める様にと毎朝うし、
叔父は知り合いの製造会社に紹介してくれるという。本人

は自分の創作意欲を満たせるような地域の放送局に履歴書を送ってみたという。

この女子学生は、カウンセリングを利用して、母親の思いを整理する喪の過程の場所と時間を確保している。そして、心理的な喪が明けると卒業とが共時性を持ち、それを待って周囲も本人も就職へと前向きに動き出している。事例からもあきらかなように心理的に解決しなければならぬ大きな仕事を抱えているときには、勉学や就職などの将来へ向けての活動は一時、停滞してしまう。しかし、本人たちもそのことに気づかずに、留年やアパシー状況にあることに対して周囲と同じかそれ以上に学生たち自身が強く悩んでいることが窺えた。

三 就職・進路支援とカウンセリング

一見気楽で社会的役割の一端を放棄しているように見えるニートやフリーターについても今回の事例と同様に、周囲の想像以上に深い自責感や劣等感に悩まされている状況が推測される。それを乗り越えていく過程においては、カウンセリングなど心理的な問題解決に向けた時間と場所が

確保されることと、回復へと向かっている適切な時期に、キャリアカウンセリングを始めとする家庭や社会の側からの働きかけが必要不可欠だと思われる。

メンタルヘルスや学生相談の場合は事例提示でも明らかにように、学生の自己決定を重視していて積極的に生き方の提案をすることはむしろ控えている。心理的成長を視野に入れた関わりでは、学生が心ひそかに抱えている人生に対する不安や夢といった曖昧で具体性や実現性に乏しい領域をも話題にしていくことによって、その不安や夢が生きる力へと結びついていく過程を共有することに努める。もちろん、状況によっては就職支援担当から得た情報や個人的な情報網から得た就職情報を提示することはあるが、それは極めて例外的である。

学生たちがさまざまに惑う大学生活の中で、その惑いや悩みを共有し受け入れることができる窓口や将来の人生設計をテーマにした教育機会が学生たちが必要とするだけ与えられることができれば、社会への自立はより容易に自信に満ちたものになることであろう。

さて、文頭に述べた昨年のメンタルヘルス研究協議会において、キャリア教育やキャリアカウンセリングの熱心な関わりにも拘わらず、就職率向上という具体的な数字が

それに伴わないので困っているという話題があった。熱心な活動には頭が下がるところだが、キャリアを視点とした教育やカウンセリングの成果は決して就職率の向上という形ですぐに現われるものではないのではなからうか。

もちろん、キャリア教育のなかではすぐに役立つ具体的・実践的な取組も多くなされるにしても、それは就職率を上げるといふ目的の成果よりは、学生個人個人の人生の質を向上させるために提供される大学による学生サービスや教育の一環であり、その成果については学生自身が評価するものだと考えたい。

大学におけるキャリア教育が隆盛となってきたが、大学進学後まもなく不適応を起こす学生や心ひそかに進路変更を願っている学生たちとカウンセリング場面で出会うとき、偏差値を基準として全員進学を目指す高校の進路指導の見直しについて考えさせられる。また、前述の研究協議会に参加した機会などに、高専入学後の不適応の状況を見聞するとき、中学生時分からより強力なキャリア教育が始められるべきではないかと思わされる。そして、大学や高専のなかに、転学や退学といった進路変更時に対応するより具体的・実践的な相談窓口の必要性をも痛感している。最後になったが、大学に進学した学生たちは、その後の

進路・就職について、入学後まもなく大きな夢と現実の可能性とのあいだで調整をして、一方で、それを見守っている親たちもまた自分たちの夢を子どもの大学生活とその未来に託しているに相違ない。さらに、その学生たちを迎え入れる側の大学もまた、学生たちに大学の将来へ向けての夢を託して、社会に有意義な大学の在り方を模索する時代となった。学生ばかりでなく、大学・社会という構成体の将来の見取り図についても切磋琢磨しつつ、磨きあげていきたいものである。