広島工業大学紀要教育編
第14巻（2015）51-56
論　　文

キャリア教育科目におけるカウンセラーによる講義の試み

藤巴　正和*

（平成26年10月31日受付）

A Trial of the Lecture by Student Counselor at the Class of Career Education

Masakazu FUJITOMO

（Received Oct. 31, 2014）

Abstract

A trial of the Lecture by student counselor at a class of career education was reported, and its significance was found as follows:

・Preventive education against disorders through groping for one's course or job hunting,
・Cultivating interest in self-understanding,
・Cultivating interest in the major,
・Collaboration for career development between faculty and counselor.

Key Words: Career Education,Student Counselor, Mental Support

１．はじめに

近年，大学における「キャリア教育」の重要性が高まってきている。「キャリア」という言葉は，語源的に“轍（わだち）”や“道”に由来すると言われており，広義には“生き方”を示す言葉である。しかし，近年の社会情勢や就職状況，その影響を受けた大学教育の現状により，学生や関係者にとっての「キャリア」が意味するところも狭まり，就職活動や就職指導･支援に重きが置かれる状況となってきている。

そして，その就職活動や進路選択においては，就職難などの影響により困難も伴いやすいことから，心身の不調や不適応に至る学生も多く，心理的支援のニードも高まっている。その支援を担う学生相談関係者にとっても，対人関係やコミュニケーションに困難を抱える学生の増加なども相俟って，切実なテーマとなってきている。一方で，このような危機や不調の経験が，学生の発達や成長につながることが少なくないことも実感している。

このような現状の中, 本学のキャリア教育科目において，学生相談室のカウンセラー（筆者）が講義を担当する機会を得た。本稿では，その試みを振り返り，キャリア教育科目での学生相談カウンセラーによる講義の意義について検討する。

２．講義の概要と結果

2-1. 講義実施の経緯

今回の試みは，環境デザイン学科からカウンセラーへの依頼により実施に至った。依頼の背景・主旨は，就職活動を通して，悩みや修学・心身の不調に至る学生も少なくないことなどを考慮し，心理的なサポートに関する話をしてもらえないか，ということであった。この問題意識は，進路・就職に関する相談にも日頃多く対応しているカウンセラーの問題意識とも合致しており，学生・大学にとって有益な機会になると考えられ，実施に至った。

2-2. 講義の概要

2-2-1. 科目

・環境デザイン学科３年次開講科目「キャリアデザインⅢ」。必修科目。全８回のクオーター科目。

* 広島工業大学学生相談室／工学部建築工学科

・シラバスより：授業の目的；「大学生活の２年間を振り返り，キャリアプランを見直し，就職適性検査や業界研究・企業研究を通じて，就職・進学の具体的な準備に入る」。キーワード；「就職適性検査，自己分析，自己 PR，業界研究，就職模擬試験」。（就職部が補助にあたる）。

2-2-2. カウンセラーの担当回

・全８回のうち，１回分を担当（90 分）。
・実施時期：平成 25 年５月。
・受講生数：76 名。（再履修生を含む。）
・形式：パワーポイントのスライドを使用した。

2-2-3. 本講義のねらい

次のようなねらいのもとに話題を設定した。①予防教育：不安の緩和，心身の不調の予防・ケア。②成長発達・キャリア発達の促進：自己理解の動機づけ。③教養的教育：専攻や心の世界への関心・知的好奇心を豊かにする，楽しむこと。①ばかりでなく，②や③も積極的に示すことで，悩みや相談が自尊心の低下につながらないようにしたり，「学生相談機関の敷居を低くする」[1)2)]という意図もある。

2-2-4. 講義内容

a）タイトル

・「進路・就職にまつわる心の話　＜環境デイン学科編＞『環境・デザイン』と『こころ』のつながりを交えて」。

b）はじめに

・今回の講義の背景：教職員の方々の学生への想いから実施に至ったことを伝えた（就職・キャリア形成に向けてのサポートに加え，その過程での悩みや不調へのサポートにも配慮していることなど）。
・「キャリア」の意味：就職のことだけではなく，生涯にわたる生き方の話・視点であること。
・テーマを幅広く「心の話」とする意味：面白さや遊びも心を豊かにする大事な視点であり，悩みやその対処といったテーマだけを扱っているのではないこと。また，カウンセラーもそのような視点でかかわっていること。

c）専攻と心のつながり

・「『デザイン・たてもの・まち』と『こころ』のつながり」と題して，次のような話題を画像とともに紹介した。
・P. ブリューゲルの絵画「バベルの塔」（宗教・心の世界のテーマ／建築様式・建築史／コミュニケーション）。iPhone などの Apple 製品のデザイン，デザインに対する S. Jobs の考え，S.Jobs と禅の世界とのかかわりなど（心の世界・宗教・日本文化／デザイン）。東日本大震災・阪神大震災・広島の原爆被害などの大災害と，神戸ルミナリエや灯篭流し（被災と心のケア，復興・再生・鎮魂といった心の営みにかかわる建築やデザインなど）。

d）進路・就職にまつわる心の問題とその対応

（１）就職活動の準備の時期
（２）就職活動の時期
（３）内定～卒業前後の時期
（４）進路の模索・就職活動と人間関係
（５）心身の不調への対応

e）進路・就職にまつわる問題と学生相談室

・学生相談室には多様な活用の仕方があることを紹介。
（１）心理相談を中心とした多様な活用方法
（２）進路・就職にまつわる相談への対応
（３）適性理解や自己理解のためのツールとして，職業興味検査や心理テストなどが活用できること，など。

f）「アンケートおよび感想文」への回答

・７つの設問からなる。提出された感想等は，プライバシーは守られる形で，今後の学生サポートの資料として役立てることをスライドで明示し，口頭でも説明した。

g）学生相談室の案内の配布

・最後に学生相談室の案内を配布し，利用を促した。

2-3. 結果：「アンケートおよび感想文」より

・設問１～４（アンケート）：「①とてもあてはまる」「②あてはまる」「③どちらともいえない」「④あてはまらない」「⑤まったくあてはまらない」の５件法（１～５点で集計）。
・設問５：大学生活の振り返り。（本稿では触れない。）
・設問６・７（感想）：自由記述。

a）設問１：「今回の話に関心が持てた」**（図１）**。

・平均 2.1 点。「①とてもあてはまる」「②あてはまる」が 73％を占め，おおむね関心が持てたことがうかがえる。

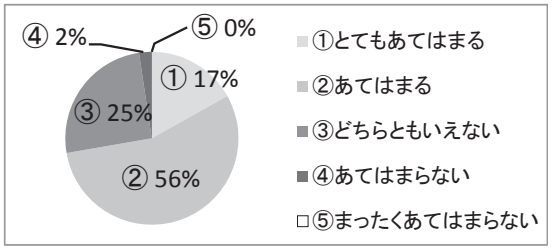

図１　アンケートの結果（設問１）

b）設問２：「今回の話は，進路・就職について考える上で役立つ」**（図２）**。

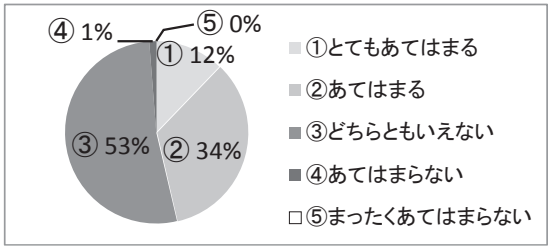

図２　アンケートの結果（設問２）

・平均 2.4 点。役立つと回答した者は 46％であるが，「③どちらともえいえない」が 53％と比較的多かった。
・①②の回答者には，「どの話題が役立ちそうですか？」と尋ねた（自由記述）。以下に，回答をカテゴリーに分類し，代表的・印象的な記述を例示する。

b-(1)　予防教育

b-(1)-1)　心理教育・悩みや不調への対処

・「就活をする上で，いろいろな心理状態になることが分かった。これを知ることで，早めに対処ができる。」
・「どういった時期にどのような心配ごとが出てくるのか，事前に分かったので対処できると思った。」
・「思いつめすぎて心を痛めないようになれる。」
・「息抜きする時間・好きなことに取り組む時間は必要。」
・「心身の不調への対応。」

b-(1)-2)　安心感

・「自分の心の支えになる気がした。」

b-(1)-3)　対人関係

・「人との関わり方や人間関係。」
・「親との関係。」

b-(2)　自己理解

・「自分という人間をよく知る事が出来るだろうということで，非常に役立つと思った。」
・「いろいろな不安や問題が，自分を知る手段であること」。

b-(3)　学生相談室（機能や活用法）

・「自分で理解しきれない部分の発見に協力してくれる。」
・「カウンセリングをすることで，就職の不安や今後の悩みを相談できそう。」
・「面接やコミュニケーションの練習をしていただける。」

b-(4)　教養教育

・「バベルの塔。コミュニケーション能力を神様が奪う話」。

c）設問３：「進路・就職に関して，学生相談室やカウンセラーの活用に関心をもった」（**図３**）。

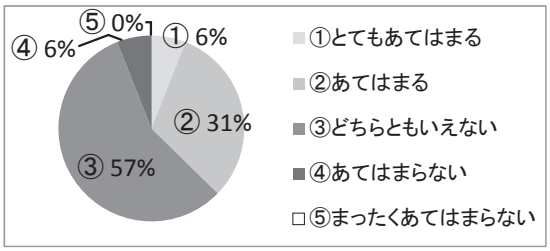

図３　アンケートの結果（設問３）

・「①とてもあてはまる」「②あてはまる」と回答した者が 37％であり，「③どちらともいえない」が 57％であった
・①②の回答者には，「どのような点で関心を持ちましたか？」と尋ねた（自由記述）。以下に，回答をカテゴリーに分類し，代表的・印象的な記述を例示する。

c-(1)　相談室の活用への関心

・「心のケア。」
・「相談できるのは，心を楽にできそうで良いと思った。」
・「就活で悩みができ，友人などの周りの人間で解決できない時，相談できる場所があることを知り，関心を持った。」
・「何かで行き詰ったら，相談室に行こうかなと思う。」
・「困ったり悩んだりした時に気軽に利用していいというところ。本当にきつくなったらのぞいてみたいと思った。」

c-(2)　さまざまな活用方法

c-(2)-1)　心理テスト

・「心理テストができること。」
・「就職の適性テスト。」

c-(2)-2)　自己理解

・「自己理解と進路の模索。」
・「自分をどうすれば知ることができるのかという点。」

c-(2)-3)　就職活動のサポート

・「自分の長所や自己 PR を一緒に考えてくれたり，面接の練習もしてくれるということなので良いと思った。」
・「履歴書の書き方や面接の練習などもできること。」

c-(3)　よいイメージ

・「楽しそう。」
・「どのような小さな悩み事でも，熱心に聞いてくれるであろうということ。」
・「いろいろ面白そうなものがあるのだと，初めて知った。」

d）設問４：「進路・就職に関して，不安や心配なことがある」（**図４**）。

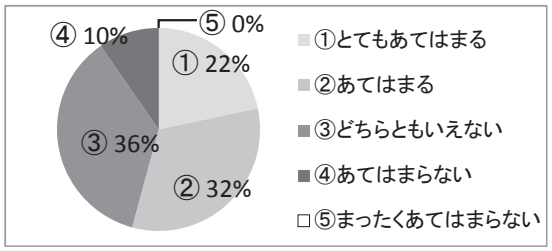

図４　アンケートの結果（設問４）

・あてはまる者が 54％と約半数であったが，「どちらともいえない」が約 36％と比較的多かった。
・①②の回答者には，「どのようなことが気になりますか？」と尋ねた（自由記述）。以下に，回答をカテゴリーに分類し，代表的・印象的な記述を例示する。

d-(1) 就職できるのかという不安

・「自分はちゃんと就職できるのか。」

・「自分をやとってもらえる企業はあるのか。」

d-(2) 現状への不安

・「このままで大丈夫か不安。」

・「自分が本当に建築の道に進んでも大丈夫なのか。」

d-(3) 適性・自己理解・自信など

・「本当に向いてる職業が分からない。得意なものがない。」

・「やりたいことがこれでいいのか。」

・「自分の強みが分からない。」

・「履歴書の自己 PR 欄に書くことが思い浮かばない。」

d-(4) 志望が不明確・やりたいことが分からない

・「将来どのような道に進みたいのかハッキリしてない。」

・「自分が何がしたいのか分からない。」

・「なりたい職業，やりたいことがみつからないこと。今のままでいいのだろうか。」

d-(5) 興味が持てない・やりたいことがない

・「就職に対する興味がまったくわかない。」

・「やりたいことがない。」

・「興味のあることがあまり思い浮かばない。」

e）設問６：「関心をもった（印象に残った）内容や言葉があれば教えて下さい。また，それについて，どのように関心を持ちましたか？」

・以下に，回答をカテゴリーに分類し，代表的・印象的な記述を例示する。

e-(1) 予防教育・心理教育

e-(1)-1) 見通しが持てること

・「就職活動の準備，内定～将来までの時期についての話。これから始める就活で，このような時期がくるかもしれないことを予め知っておいて損はないと思った。」

・「内定後の不安の話。それは考えた事がなかったので，いつでも不安はあるんだなと思った。」

e-(1)-2) 問題や悩みの意味・捉え方

・「悩みも出会いだということが印象に残った。悩みをマイナスに捉えるのではなく，なくてはならないものだとプラスにしようと思えた。」

・「『問題に直面した時，自分らしさが現れる，自分を知るきっかけにつながる』という話はためになった。問題をポジティブにとらえられるかもしれない。」

e-(1)-3) 不調への対処・セルフケア

・「自分で解決することで成長につながるかもしれないが，うまくいかない時には誰かに相談することも自分のためになる，ということに関心を持った。」

・「就活が始まるとつらい事もあると思うでの，心を休ませることも大切と感じた。」

・「好きなもの，関心のあるものを大切にするという話。忙しい時や余裕のない時に，好きな物・関心のあるものに興味を持ち，リフレッシュしようと思った。」

e-(1)-4) 人間関係・コミュニケーション

・「励ましがプレッシャーになることもあるというのは，とても同感できた。」

・「就職の面接で話せない，人前でとても緊張する，頭の中が真っ白になるなどは，僕も人前で発表などが苦手なので，とても共感する内容でした。」

e-(1)-5) 心理・悩み

・「心の問題や心の痛みについて関心を持ちました。」

・「内定ブルーという言葉が気になった。」

e-(2) 心理テスト

・「いろんな心理テストを受けられること。性格テストや職業に関するテストなど。自分の気づいてないことを知ることができるから。」「心理テストを受けたい。」

・「絵やコラージュも楽しそう。」

e-(3) 教養・専攻への関心

・「『(大震災について）前進や再生だけが復興ではなく，悲しみや痛みをどうおさめるかも大切』という話。無理して前に進まなくてもいいんだなーと思った。今の状況を受け入れる強さも感じた。」

・「ルミナリエは何度も行ったことがある。みんなが地震の恐ろしさとかを忘れず，被害が少なくなるように，もっと協力していけたらと思った。」

・「Apple のデザインと禅との関係。」「S. ジョブズが禅に深い関心があるということ。」「S. ジョブズや枯山水の考え方とか，少し自分の考えにプラスされたと思う。」

・「人の心理は面白い。建築も心理を考えて設計するものと思うから。」「心理学自体を少し学びたくなりました。」

e-(4) 学生相談室

・「カウンセリングや心理テストができることは知っていたが，面接の練習や履歴書の書き方など就職関連でも利用できることを初めて知り，行ってみたいと思った。」

・「様々な活用例があり，自己理解や心身のサポートなどのアドバイスがもらえることに関心を持った。自分も迷った時は利用するのもありだと思った。」

・「自分や将来のことが分からない時に利用したい。」

f）．設問７：感想や気づきなどの自由記述欄。

f-(1) 不安

f-(1)-1) 進路・志望についての不安

・「まだ進路が決まってなくて不安がある。」

・「将来どんな仕事をしたいのか，しっかり考えなければ。」

・「専攻に向いてない気がして，やる気が出ない。」

f-(1)-2) 不安への気づき

・「将来に対する不安に気づいた。」
・「そこまで考えてなかったので,逆に不安になりました。」
・「進路・就職に『焦り』を感じてないことが分かった。それに『焦り』を感じた。」

f-(1)-3) 自信のなさ・不安定

・「自信がないので，就活の準備以前の問題だと感じた。」
・「不安定な気持ちのままなので，就職に対する気持ちが弱くて，就職できるか不安。」

f-(2) 心構え・課題

・「就活を前にして不安など出てくるかもしれないが，まず自分ができることをしていきたい。」
・「まだ３年生という考え方をやめて，もう３年生なのでしっかりと将来のことを考えようと思った。」

f-(3) 自己理解

・「自分の強みとはなんだろうと深く考えさせられた。もう少し自分と向き合い考えていきたい。」
・「まだ自分のことがよく分かってないと感じた。分かってないというより，何も努力してないことに気づいた。」
・「性格や適性をよく理解し，自己 PR をし，就職が決まるように頑張りたい。」

f-(4) 予防（安心感，見方・対処・相談）

・「就職という重いモノを，なにか新しく楽しいモノへと変換するような授業内容でした。」
・「自分と同じような人が過去にもいたんだなと思い，少しだけ安堵した。」「誰も悩みながら生活してるんだな。」
・「自分も不安などはあまり人に言いたくなかったけど，一人で抱え込んでいてもいいことはなく，誰かに相談した方が解決しやすいんだろうなと感じた。」
・「周りにはいろいろ相談できる友達もいるので，大切にしていきたいし，自分も相談にのってあげたい。」

f-(5) 学生相談室

・「就職サポートで利用しようと感じた。」
・「進路や就職に関して，カウンセリングや心理テストができるのを知れてよかった。心理学をもっと聞きたい。さらに就職に役立つなら，なおさら興味がある。」

f-(6) 教養，専攻分野と心のつながり

・「自分が考えた空間を利用した人が，悲しみを受け入れる強さを抱けるようなデザインができるようになりたいと思った。そんな仕事に就くために頑張りたい。」
・「建築は，建築だけで成り立っているのではなく，いろんな事象なども関係・影響し合っていると感じた。」

３．考察

3-1. 今回の試みの意義

本講義のアンケートや感想にみられる学生の回答・記述を検討したところ，キャリア教育科目における学生相談カウンセラーの講義の意義として以下の点が考えられた。

3-1-1. 予防教育

自由記述の分類からうかがえるように，以下のような点で，今後の就職活動や進路選択において学生が経験しやすい困難や悩み・不安に対して，予防教育的・心理教育的なはたらきかけ・啓発がある程度できたと考えられる。

不安の緩和・安心感・心がまえ：多くの学生が経験する悩みや不安に触れたことで，“自分だけではない”という感覚を得て，安心感や不安の緩和につながった学生も多かった。今後出会う可能性がある体験についての“地図”を示すことで，“見通し”がもてることも，安心感につながることがうかがえる。また，“悩みや困難は，自分らしさとの出会いや成長のきっかけになりやすい”という話題には，多くの学生が関心を寄せていた。悩みを「ポジティブに捉えられるかもしれない」「プラスにしようと思えた」といった感想からもうかがえるように，困難に意味を感じて向き合う心がまえにもつながったようである。

心身の不調やその対処への意識：心身の不調やその対処について意識を高めることができた。不調への対処行動として，一人で抱え込まず他者に相談することや，学生相談室を利用することを挙げた記述が多くみられた。相談することやサポートを受けることへの関心を高め，気持ちの面で敷居を下げることができたと考えられる。

3-1-2. 自己理解への動機づけ

適性の把握・自己 PR といった就職活動に向けての自己理解への関心もみられる一方で，自分自身の性格や内面に向き合うような感想も多くみられ，各自なりの自己理解への動機づけや関心が高めることができたと考えられる。

キャリア発達の過程は，青年期の心理－社会的発達課題であるアイデンティティ形成の過程でもある。その中核的なテーマである，自己理解や内面に向き合うことを促進できたことには意義があると考えられる。狭義・広義両方の「キャリア」を考える上で,自己理解は重要なテーマであり，カウンセリングにおいて自己理解を主要な作業としているカウンセラーが貢献しやすいテーマであると考えられる。

3-1-3. 専攻への動機づけ

学生相談機関の役割として，比較的健康な学生に対して何ができるか，ということも問われている[1)2)]。そこで今回，悩みやその対処の話題だけではなく，専攻への動機づけを高めたり，関心を豊かなものにするために，専攻分野と心の世界・臨床心理学を関連付けた話題を試みた。その結果，多くの学生には，興味深い話・楽しい話として受け止められ，知的好奇心を刺激することができたことがうかがえる。一部ではあるが，内面的なテーマを絡めて建築の職業への想いを豊かに表現した学生もいたことが印象的で

ある。内面的な体験を重視する臨床心理学的な知見の提供や心理カウンセラーのかかわりが，不調への支援といった側面だけではなく，専攻（学問・職業）への関心を豊かにしたり補強するような側面にも貢献できることが示唆された。

3-1-4. キャリア発達支援のための協働

今回の試みは，キャリア教育・就職支援の機能と，学生相談・心理的支援の機能との協働の機会ととらえることができる。これは，近年の学生支援･学生相談の指針である，「教職員による『総合的な学生支援』とカウンセラーによる『専門的な学生相談』との連携・協働」[3)]の機会の一つの形と捉えることもできるだろう。

キャリア発達の支援に心理カウンセラーが関わる意義として，他の教職員による就職指導と比較して，より内面的なテーマについて触れやすいということが考えられる。今回の結果からも，その意義がうかがわれた。

3-2. 今後の課題

今後も，今回と同様の機会があることが考えられ，それに向けて次のような課題が考えられた。

3-2-1. 学生生活サイクルの観点から

今回は３年生の前期に実施した。その時期を“学生生活サイクル”[4)]の観点からみると，“卒業期”の現実的なテーマである就職活動が本格化する前の時期であり，まだ時間的には猶予のある“中間期”に当たる。今回のような話題の設定が，この時期の学生やそれを支援する教職員にとって，ニードに合うものであったかどうかを検討しておくことが大切であろう。関係する教職員と検討していきたい。

3-3-2. カウンセラーによる講義の観点から

設問２「今回の話は，進路・就職を考える上で役に立つと思う」では，「どちらともいえない」が半数あり，効果としての満足度はあまり高いとはいえない。また，今回の受講生の本講義後の学生相談室利用をみても，進路・就職に関する相談での利用はみられなかったため，このテーマでカウンセラーが学生に関われる機会は，講義においてということになる。これらのことから，周囲や相談室への相談といった対処法を伝えるだけではなく，講義の場において，学生がより手応えを実感できるような工夫ができるとよいだろう。１回限りの講演形式の実施であるため限界もあるが，改善を検討していきたい。

４．おわりに

広い意味での「キャリア」，すなわち「生き方」の模索を支援する上で，臨床心理学的な知見やカウンセラーのかかわりも大切な役割を担っていると考えられる。個別に・時間をかけて・かかわりの中で・心に向き合う，という設定の中で得られやすい知見でありかかわり方である。一方で，差し迫った現実的な課題としての就職活動・進路選択の支援を，学生・保護者・教職員から強く求められていることを日頃実感している。生き方を考えるゆとりが狭まりつつある現状の中で，選択・決断に戸惑う目の前の学生の心に向き合い，支援を模索していくことも大切なテーマである。この両者の間を往復しながら，今後もキャリア教育・キャリア発達への支援を考えていきたい。

謝　　辞

今回の講義の実践にあたり，環境デザイン学科および就職部の教職員の皆様に多大なご理解とご支援を頂きました。ここに感謝の意を表します。

参考文献

１）吉武清實　2010　カウンセラーが行う授業．日本学生相談学会（編）学生相談ハンドブック．学苑社．168-172.

２）菅野信夫　1998　学生相談室活動の一環としての授業．河合隼雄・藤原勝紀（編）　学生相談と心理臨床．金子書房，67-75.

３）独立行政法人日本学生支援機構　2007　大学における学生相談体制の充実方策について　―「総合的な学生支援」と「専門的な学生相談」の「連携・協働」―．独立行政法人日本学生支援機構学生生活部学生生活計画課.

４）鶴田和美　2001　学生生活サイクルとは．鶴田和美（編）学生のための心理相談　大学カウンセラーからのメッセージ．培風館．2-11.