

## キャリア・カウンセリングについて

### キャリアとは

個々人が、生涯にわたって遂行する様々な経験の累積（立場や役割の連鎖）、その過程における自己と働くこととの関係付けや価値付けの累積である。

（出典 文部科学省「キャリア教育推進の手引き」）

### カウンセリングとは

心理的な専門援助過程であり、それは大部分言葉を通して行われる過程であり、その過程の中で、カウンセリングの専門家であるカウンセラーと、なんらかの問題を解決すべく援助を求めているクライアント（生徒）とがダイナミックに相互作用し、カウンセラーは様々な援助活動を通して自分の行動に責任を持つ、クライアントが自己理解を深め、「よい（建設的・積極的）」意志決定という形で、行動がとれるようになることを援助する。

最終目標は、社会の中でその人なりに最高に機能できる自発的で独立した人として自分の人生を歩むようになること。

（出典 渡辺三枝子「新版カウンセリング心理学」）

### 学校におけるキャリア・カウンセリングについて

学校におけるキャリア・カウンセリングは、子どもたち一人一人の生き方や進路、教科・科目等の選択に関する悩みや迷いなどを受け止め、自己の可能性や適性についての自覚を深めさせたり、適切な情報を提供したりしながら、子どもたちが自らの意志と責任で進路を選択することができるようにするための、個別またはグループ別に行う指導援助である。

そのためには、子どもたちが、自らの悩みや迷いなどを安心して話すことができる環境や雰囲気を作り出すことが必要である。さらに子どもたちから表明された悩みや迷いを十分に受け止めるとともに問題点を整理して、子どもたち自身の自己理解を促すよう適切な情報提供や助言を行うことが求められる。

カウンセリングは基本的には一対一の対面指導である。教師と子どもたちの言葉のやりとりによってはじめてカウンセリングは成立するものであるから、教師一人一人のコミュニケーション能力の向上が不可欠である。

### キャリア・カウンセリングを行う上で留意すべき点

日常接している子どもたちであっても先入観を排除すること。

自分自身のコミュニケーション能力を向上させるよう心がけること。

子どもたちが安心して自分自身のことを話すことができるよう環境作りに配慮すること。

子どもたちの発言に対して注意深く耳を傾け、時には適切な言葉を補うようにすること。

子どもたちとの対面の中で生じた些細な変化を見逃さないようにすること。

キャリア発達という視点を常に心がけていること。

常日頃から進路に関する専門的知識を身に付けるとともに、進路情報を収集していること

### 研修の必要性

キャリア・カウンセリングには、カウンセリングの技法、キャリア発達、職業や産業社会等に関する専門的な知識や技能などが求められることから、こうした専門性を身に付けた教員を養成していく必要がある。また、基本的なキャリア・カウンセリングについては、すべての教員が行うことができるようになることが望まれる。

そのため各学校においては、すべての教員が基本的なキャリア・カウンセリングを行うことができるよう、研修の充実を図ることが望まれる。

## キャリア・カウンセリング研修の例

### 1 目的

子どもたちが、自己の可能性や適性についての自覚を深め、自らの意志と責任で進路を選択できるようにすることは極めて重要である。今、学校においては、そのためのきめ細かな指導・援助を、一人一人に適切に行うことが求められている。

このため、教員一人一人が、キャリア教育の概念及びキャリア発達のための諸能力を理解し、児童生徒や保護者等とのコミュニケーションのスキル（技能や能力）等、カウンセリングの基礎的な能力・態度・技能を習得するための研修を実施する。

### 2 研修内容

- (1) キャリア教育の基礎となる知識 キャリア教育についての理解  
児童生徒の心理的・社会的発達についての理解  
児童生徒の生きる社会環境についての理解
- (2) 実践方法に関する知識 児童生徒を理解することの意味と方法  
職業にかかわる体験的活動の意義と生かし方
- (3) カウンセリングの基礎の習得 コミュニケーションのための基礎的な能力と態度の習得  
カウンセリングについての基礎的理解とカウンセリングプロセスの理解  
多様な相談場面の理解

### 3 研修計画例（一日研修の場合）

- (1) 講義
  - ・ 「キャリア・カウンセリング研修」の意義と参加の心構え。
  - ・ キャリア教育についての理解 - キャリア教育の概念について理解するとともに、キャリア発達の中核となる能力についての理解を深め、日常生活での活動とつなげることができるようにする。
- (2) 演習 コミュニケーションスキルの基礎
  - ・ ((1)の講義内容を材料として) 言語的コミュニケーションの基礎である「話す能力」の体系的な実習を通して、その意味を理解するとともに、キャリア教育におけるその意味の理解を深める。
- (3) 講義
  - ・ 児童生徒の心理的・社会的発達を理解 - 児童生徒の心理的・社会的発達について学び、小・中・高等学校段階における児童生徒理解と、それをキャリア教育の実践に生かすことができるようにする。
- (4) 演習 コミュニケーションスキルの基礎
  - ・ ((3)の講義内容を材料として) コミュニケーションの基礎である「話す能力」と「聞く能力」を体験し、それぞれの機能の意味を理解する。同時に児童生徒の指導におけるそれらの意味の理解を深める。