相互信頼と好ましい人間関係を土台とする大学のキャリア教育

中　村　　博

はじめに

大学におけるキャリア教育では、学生個人と教員との信頼関係や、好ましい人間関係の構築が不可欠であると考える。単に、大学の就職率アップのための「就職ガイダンス」の講義や、外部講師による企業内の仕事や、求められる社員像などの説明を行うだけでは、学生一人一人の社会進出への不安や職業選択への迷いを払拭できない。「ライフキャリア」の考え方と自己の社会的役割をしっかりと念頭に置き、実りあるキャリア形成へ、自ら踏み出す肯定的意欲を、学生から引き出すことが肝要である。

学生に「どのような生き方をしたいのか」と尋ねると、その多くがおおかた「実りある幸せな人生」と答えるのではないだろうか。少子高齢化がますます顕著になる日本社会で、60歳定年の前に積み上げてきたキャリアと、その後ろに漠然と広がる生涯の時間は、年齢を越え、多くの人々に「生き方」への真剣な問いをもたらすものと思う。

自己の生涯を「キャリアの積み重ね」として考慮すれば、キャリアとは家庭、社会、人生におけるそれぞれの役割のすべてであり、職業選択・キャリア選択については、個人の望みを満たすことだけではなく、「自己と社会の双方に存在意義をもたらす仕事」として、選択することが重要である。そして、個人のキャリア選択とその連続性は、自己の「生き方」と人生の充実度に大

きな影響を与えることが理解できる。
昔から「親の背中を見て子は育つ」と言われているが、現代でも立派に通用する言葉である。これを大学・学校生活に置き換えれば、「教師の背中を見て学生（生徒）は育つ」とも換言できる。教師が一生懸命な姿で授業に臨み、受講者の学生一人一人に熱い情熱をもって語りかければ、大勢の学生の目に輝きが見られるであろう。授業を通して教員の「生き方」に共感を感じ取れれば、学生との間におのずと信頼感が芽生え、授業の成果も向上していくはずである。

本論文では、「なぜ今、日本の若者（大学生）には、『やる気』や『高い志』が希薄な人が多いのか」、そして「学びや職業選択に対し、本気で臨もうとする情熱や向上心が見られない人が多いのか」、さらに、このような大学生に対し、大学はどのようなキャリア教育を導入することが、学生との信頼感・好ましい人間関係を築き、学生の人格や社会性を高める教育につながっていくのかという視点・論点に焦点を合わせ、論じていく。

学生との接し方に不可欠な「傾聴のスキル」

傾聴は、通常はクライアント（顧客。心理療法を受けに来た来談者）とカウンセラーとの人間関係がきわめて大切であることを意味する言葉である。しかし、この関係は学生と教師の人間関係にも応用できる。教師に対する信頼感が無いと、学生は防衛反応を強くして、心の内面を素直に語る気持ちになれない。学生との面談の際、当初何を話しても、教師が意見や評価をせずに受け入れてくれる、という安心感を得られた時、学生は教師に信頼感を覚え、本音で対話をしようと思うのである。

傾聴とは、学生を一人の人間として尊重し、落ち着いて共感的に聴くことを意味し、これが面談の際の基本姿勢と言えよう。学生が話す言葉を表面的に聞くのではなく、非言語である「話し方の雰囲気」や「表情・態度」から

も感じ取り、学生が何を言いたいのかその真意を汲み取るのである。もし、この傾聴の姿勢を基本とせずに、教師の考え方や価値観に基づき学生に指導や意見を行えば、学生から自主性を引き出し自らの力で主体的に生きることを支援することにならない。

このように学生に対し、包容力のある傾聴の姿勢で受け入れることにより、教師との間に信頼感を土台とする人間関係を構築できれば、そのことだけで教育上の成果につながったといえる。

教師自らが、構えのないありのままの透明な姿でいる「自己一致」の基本的態度を備え、そして、学生をかけがいのない人格として尊重し、異なる考え方・感じ方をする人間として「無条件の肯定的配慮」で受け入れ、さらに、その学生の主観的な感じ方、考え方、見方を、その学生の側に立ち、同様に感じ取る「共感的理解」などの三つを、学生への接し方の基本的態度として学ぶことが大切である。

学生の教育に必要な「リードの効果」

学生との面談・対話で基本原理として大切なことは、「傾聴のスキル」を活用し、学生の内面の世界を真摯に感じ取ることである。もし、この傾聴の技法を単に機械的に用いるなら、学生の心に、その可能性を秘めた「スピリット・イノベーション」（筆者の造語：人生における新生の魂の創造）を呼び起こすことにつながらない。

一方、学生への教育上の成果を向上させるためには、傾聴だけでは十分といえない。学生と教師の間の距離感、信頼関係の度合い、対話の際の状況判断や話の流れによっては、より効果的な影響を学生に及ぼすことにより、教育上の視点から学生を意図的に方向付けすることも必要である。

このように、直接的に学生に影響を及ぼし、意図的な方向づけを行うことをカウンセリング上の専門用語で「リードの技法」という。この影響力の強

い方法は、それだけ学生を精神的に傷つけるリスクもある。換言すれば「両刃の剣」的技法でもあることを忘れずに、危険な方向づけをしないよう十分に配慮することが肝要である。そのためには傾聴で築いた信頼関係を土台に、「傾聴のスキル」を効果的に取り入れながら「リードの技法」を活用することが大切である。

リードの技法

第一に情報を供与することが必要である。

情報には教師からの指導・アドバイス・教示・意見などが含まれる。リードの意義は、学生の目を新しい視点や幅広い選択肢に向けさせるために、教師の見識や新鮮な情報を供与することである。情報供与の仕方は、学生の現在の姿をしっかりと観察し、教師からの情報やアドバイスを受け入れる準備ができているかを状況判断する。情報の説明は、具体的・明確・特定的であり、時宜を得たものが必要である。その後は、学生が教師の見解を理解できたか、確認が必要である。

第二に指示を行う段階に入る。

指示の意義は、学生に対し、教師がどのような行動をとってほしいのか明確に伝えることである。そして、学生が与えられた課題を理解し、着実な行動をとれるよう支援する。指示の仕方は、教師の接し方に配慮が必要である。視線の注ぎ方、声の出し方、身体で表現するコミュニケーションなどに配慮すべきである。そして具体的で明確な言葉を使い、さらに教師の指示を学生が受け入れ、納得できたか確認が必要である。教師の留意事項は次の通りである。傾聴により学生が心の内面で必要としているものの把握、過度な指示は学生から自由と選択肢を奪い、学生の主体性や選択への意思に支障が生じること、また、ある学生には好ましい指示でも、別な学生には悪影響もありうることなどである。

第三にフィードバックが大切である。

フィードバックの意義は、教師や周囲の人々が学生をどのように観察しているかという情報を、学生に供与することである。学生にとって、自分自身と自分の言動・行動に周囲の人々がどのような印象を持っているかが分かり、自己理解・自己分析をもたらし、キャリア教育の原点といえる「自分を知る」良い機会となる。その方法は、明確さと具体性が必要であり、非審判的であること。学生に関する出来事や行動など事実に重点を置き、決めつけることをしない。フィードバックの内容は簡潔にして、主役は学生であることを忘れない。その後に学生の理解度を確認する。留意すべき点は、過度なフィードバックは学生の防衛反応を呼び起こし、「自分を知る」効果が出ない。

第四に自己開示で信頼関係を深める

自己開示の意義は、教師が自らの物事への感じ方やこれまでの経験を、学生に熱く語ることで、学生との信頼感が深まり、学生の自己理解も促進される。自己開示の仕方は、「私」の人称代名詞を使い、"I"メッセージで対話する。「……と考える」「……と感じる」など、事柄の内容や教師の感情を動詞で表現する。そして、副詞と形容詞のつながりも有効な表現となる。例えば、学生に対し「あなたが自主的に行動するようになりとても嬉しい」など。留意事項は、教師の自己一致（自分に対し純粋）が必要。できるだけ学生の経験に近い、教師の自己開示が望ましい。

第五に対決も必要

対決の意義は、学生の言動、行動、考え、情動、意図などに、矛盾、混乱、一貫性、整合性が見られないとき、教師が指摘し、学生が矛盾する点を自覚・納得し、改善・解決に向け主体的に取り組むことを支援する。自己との対決後、学生は新しい問題点や新たな自己を発見する視点を持てる。その方法は、まず学生の言葉の中から不一致な点を明確化する。質問技法により学生から矛盾点を引き出し、解決策について傾聴する。対話の中で矛盾点を要約する。

例えば「片方では……だけど、もう一方では……だよね」、「そのことをどのように感じているの？」など。そして状況判断により教師の考えや洞察をフィードバックし、教師の自己開示により学生自らの自己解決をサポートしてもいい。対決を用いるタイミングについては、学生と教師の感じ方に不一致が見られた場合、学生の言動・行動の表現の仕方に一貫性がない場合、社会的価値観と個人的価値観との間に矛盾が見られる場合、学生が防衛反応を示し、もしくは、現実とかけ離れた目標を掲げた場合などである。留意すべき点は、あくまでも傾聴技法を基本に、学生との信頼感を大切に、その存在を尊重し落ち着いて対話する。人ではなく、矛盾点に焦点を合わせ、批判や審判の姿勢を見せない。対決が学生の不安・迷いを減少・解消することもあれば、逆に心を傷つけるリスクもあることを念頭に置く。

自己の将来像とキャリアデザイン（人生設計）について

筆者のこれまでのキャリア教育に関する経験では、おおかた教師の側が自分たちの考え・価値観に固執する形で、キャリア教育のカリキュラムやさまざまなプログラムを準備する様が見られる。すなわち、時代とともに変化してきた現在の学生の感じ方・気持ち・嗜好・楽しみ・心など、世代の大きく違う学生の心情や価値観を踏まえた中身のある内容ではなく、従来から続いてきた大学教育の在り方・表面的形式にとらわれたものが多いと感じている。

そこで、筆者が所属する大学のキャリア教育の最後の授業において、ほとんど全ての学生に対し、「自己の将来像とキャリアデザイン（人生設計）について」というテーマで試験を課してきた。その中で筆者が最も高い評価をつけた一人の女子学生の答案用紙に触れてみたい。

人間文化学部１年生のＯさん（以下、引用文）：

キャリアデザインとは、なりたい自分と今の自分を比較し、どのようにしたらなりたい自分になれるのか考えていくことである。大学に入るまでキャリ

アデザインという言葉を聞いたことがなかった私にとって、それはとても考え深いことであった。だから、私はこの授業を通じて、将来の夢だけでなく、その夢を叶えるために今私が出来ることについて考えるようになった。

私の将来の夢は臨床心理士である。そのために私は今、心理学科で心理学を学んでいる。これも私のキャリアデザインの計画の中の１部といえるだろう。しかし、まだ途中の段階であるので、これから、４年間勉強して、大学院へ行き、社会に出るという階段をのぼっていかなければならない。その間に計画から外れたり、思わぬ道へ進むこともあるはずだ。

私は、キャリアデザインにおいて最も大切なことは、そのようなことも想定して人生設計することだと思う。すべて計画通りにいくことなどまずない。そのような時にこの授業で学んだことを生かし、新しい目標が出来たら、またキャリアをデザインする力を発揮することが大切であるように考える。

また、キャリアデザインは「将来の夢」という目標だけに向かうものではない。日々生活している中で、成し遂げたい事においても設計すべきである。例えば、英語が話せるようになりたいという目標を持ったときに、まずは単語を覚えて、次にリスニングをして、そして話してみるといったように、１つの目標のために有効な計画を立てるということは、とても重要である。これは日々使えることではないだろうか。どんな小さなことも計画をたて、こなしていくことで目標を達成することが出来る。このようにたくさんの目標を達成することで、なりたい自分へと近づいていると言えるだろう。そして、なりたい自分に向かっていると実感することで自信が持てるようになり、新しいことへ挑戦しようというプラスの考えが持てるようになるはずだ。このことはまた新しい目標の形成へとつながるだろう。新しいことへ目標を持ち続けることで充実した人生を送ることが出来るはずだ。

私はこの授業で人生設計の仕方だけでなく、良い人生を送ろうとすることの大切さを学んだと思う。１度きりの人生なので、やりたいことは全て挑戦

してみたい。だからこそキャリアデザインをして、計画的に目標を１つ１つ達成させたい。この授業で学んだことは１つではないので、それらを生かし、意味のある人生を送りたいと思う。(引用文終了)

信頼感・人間関係を深めるマン・ツー・マンのキャリア教育

講義を通じ、現代社会におけるキャリア教育の存在意義を学ぶことは、大勢の学生にとって、この学問領域の専門知識と思考力を体系的に育むことになり肝要である。しかし、講義だけでは不十分で、もっと学生との距離感を短くして、Face to Face のキャリア教育と組み合わせることで、講義への真剣さもより一層増してくる。具体的には、ゼミの演習授業や研究室における、学生との個別面談などの場を活かすことが効果的と考える。

お互い顔を突き合わし、マン・ツー・マンで向き合えば、五感で感じる人間同士の温かみや、互いの人間性を感じ取れるものである。このような場で、教師が情熱をもって、学生個人の将来像への希望や夢をしっかりと傾聴し、学生が教師の気持ちや考えを受け入れる雰囲気が整ったとき、教師のこれまでの人生経験やキャリアから、その学生の成長を促す貴重な話を、キャリア教育の視点から熱く語りかけることが、人間関係の絆を築いていく上で極めて重要と考えている。

このような個別対話の場であれば、講義では多少話すことが適切か否か迷う内容も、思い切って学生をリードする意味で話を切り出してみることも、学生の表情いかんでは、学生への教育上の大きな効果につながることも多い。まさに本論文の冒頭で触れた、学生の心情に焦点を合わせながらの「教師の背中を見せる話」が大切である。

主体性を引き出すキャリア形成への支援

多くの学生は、いくつかの選択肢の中から、何をどのように選択したらい

いのかという場面で、何が「良い選択」なのか迷うときがある。教師はこのような学生のキャリア選択・就職活動に関するさまざまな不安・迷い・意思決定などキャリア教育上のサポートを、側面から適切に支援することが求められる。

その際も、教師は「傾聴」の姿勢をしっかりと保ち、学生が客観的・理性的に自分を見つめなおすことができるような視点から、教師が質問すること（質問技法）も大切である。いま自分（学生）は何をやりたいのか、やりたいことと現在の自分との間にどのような壁があるのか、自分の関心・能力・適性などから自分はどのような人間なのかを、学生自身に気付かせることが必要である。

教師は、学生が自分を語っていくなかで、「自己と向き合い、自己を観察していくことにより、主体的な自律的成長を図る」ことができるという、教師自身の人間観・世界観を持つことが重要ではないだろうか。学生はこのようなキャリア教育を受ける過程で、自らの今の姿に「気づき、そして、もっと良い方向に変わろうと自ら試み、自主的な言動・行動をとろうとする」ようになるものと思われる。

おわりに

本論文のタイトル「相互信頼と好ましい人間関係を土台とする大学のキャリア教育」が意味するところは、学生が教師に信頼感を抱き、教師との間に好ましい人間関係の「絆」ができていると実感すれば、その温かい人間関係を拠り所に、自らを見つめなおす視点が生まれ、「もっと成長したい」「もっと様々なことに挑戦し、自らの可能性を広げたい」という潜在的な意欲が顕在化し、そのような学生の前向きな思考･行動力の変化が、教師や周囲の人々の期待に応え、自らの将来へのキャリア・アップを確実に意識するようになるということである。

学生個人とのFace to Faceの個別のキャリア教育の場においては、①学生の個性・人格を外側からとらえるのではなく、内面から、学生が見ているように把握することが大切である、②学生の行動を規定しているのは、学生が自分をどのように観察しているかという自己概念である、③客観的な事実よりも、学生がそれをどのように受けとめているかという、学生にとっての心的事実を把握することが大切である（現象学的理解）。

人間は本来、自らを維持し、強化・発展させようとする自己成長力を持ち、自立性、自己実現性への内在する力を持っている。そして、パーソナリティについては、①人間は、本来、自己成長・自己実現への能力を備えている、②人間が行動することの核心は、本人が自分をどのようにとらえているかという自己概念である。自己概念は幼少期に体験した親などの評価を基盤にして形成される。まさに「親の背中を見て子は育つ」の如くである。このようにして確立された自己概念は、それがポジティブなものであっても、ネガティブなものであっても、めったに変化するものではない。

以上に述べたことから、大学におけるキャリア教育においては、教師が一人一人の学生の成長を、いつも熱い眼差しで見ていることを学生に共感してもらうことが、極めて肝要と考える。

さらに、学生一人一人が自己の人生に真摯に向き合い、大学時代に社会への適応力を着実に高めていけるためには、大勢の学生に対する講義を通じてのキャリア教育の体系的な学問領域の説明と、学生一人一人とのFace to Faceの個別の場面におけるキャリア教育との相乗効果を発揮させながら、学生と教師の間において、相互の信頼感と、好ましい人間関係を実らしていく教師側の熱い情熱がとても肝要であると考える。

参考文献

(1) 社団法人　日本産業カウンセラー協会『キャリア・コンサルタント - その理論

と実務-』2003年、社団法人　日本産業カウンセラー協会
(2) 社団法人　日本産業カウンセラー協会『産業カウンセリング入門』2004年(改訂第2版)、社団法人　日本産業カウンセラー協会
(3) 福山大学キャリア形成支援センター『Career Design Note Ⅰ　Fukuyama University』2010年、福山大学キャリア形成支援センター
(4) 福山大学キャリア形成支援センター『Career Design Note Ⅱ　Fukuyama University』2011年、福山大学キャリア形成支援センター
(5) 日本キャリアデザイン学会「キャリア・ルネサンス－逆境からの挑戦－」(日本キャリアデザイン学会第7回研究大会資料集) 2010年、日本キャリアデザイン学会
(6) 中村博「キャリア教育とスピリット・イノベーション」『福山大学経済学論集』第33巻 第2号、2008年10月
(7) 中村博「主体性を引き出すキャリア・カウンセリングと大学におけるキャリア教育」『福山大学経済学論集』第36巻第1号、2011年4月