

「キャリア心理学セミナー」の授業概要と意義 ー心理学教育を通じた社会人基礎力の育成ー

The Report on contents and significance of the seminar of career psychology
- Developing fundamental competencies for working persons by psychology education -

西河 正行¹, 八城 薫¹, 向井 敦子¹, 古田 雅明¹, 香月 菜々子¹
¹大妻女子大学人間関係学部

Masayuki Nishikawa¹, Kaoru Yashiro¹, Atsuko Mukai¹, Masaaki Furuta¹, and Nanako Katsuki¹

¹ Faculty of Human Relations, Otsuma Women's University
2-7-1 Karakida, Tama-shi, Tokyo, Japan 206-8540

キーワード：心理学教育，社会人基礎力，キャリア教育

Key words : Psychology education, Fundamental competencies, Career education

抄録

本稿は、大妻女子大学人間関係学部人間関係学科社会・臨床心理学専攻の『「キャリア心理学セミナー」に関する授業研究』の第4報である。同セミナーは、2009年度のFD活動の結果、必修科目として設置されることが決まり、2012年度から大妻女子大学の研究助成を受けて授業研究を開始した。本稿では、同専攻3年生に対して2015年度後期に初めて実施した授業の概要とその意義について報告する。

半期の授業は3期に分けられる。Ⅰ期は、キャリア形成の自覚を高めることを目的とした。Ⅱ期は、マナー講習、業界・企業研究など、社会人になるための準備教育を行うこと、および、その実践として学生たち自身が卒業生に対してインタビュー調査を実施することを企図した。Ⅲ期はインタビューと、インタビューで得られた情報の整理、調査結果の発表を行い、それを通して自らのキャリアを考える機会とした。学生には、本セミナー終了後に、自らを振り返らせるために個人レポートの提出を求めた。その後、報告会で配布された資料を冊子としてまとめ、学生に配布した。

最後に、学生のアイデンティティ形成をサポートすることを目的とした本セミナーの意義を検討した。

1. はじめに

大妻女子大学人間関係学部人間関係学科社会・臨床心理学専攻（以下、本専攻と略す）では、生涯発達を視野に入れた学生のキャリア支援を目的とした必修科目「キャリア心理学セミナー」を、2015年度後期に初めて実施した。本科目は3年生を対象とし、大学生活後半に自らのキャリアを考える機会を提供することを企図した。

本科目は2009年度（平成21年度）のFD活動の結果、必修科目として設置を決め、開設に先立ち2012～2015年度まで大妻女子大学人間生活文化研究所より研究助成を受け、授業研究を続けて

きた。その成果は西河ほか^{[1][2][3][4][5]}に報告した。本稿は第4報として授業の概要とその意義について報告する。

ところで、本研究の背景には、キャリア支援が大学教育において重視されるようになった動向がある。本専攻でも、学生の大半は心理学を学んだ後、一般企業に就職する。本研究は、その事実を前に、心理学学習が学生のキャリアにどのように貢献しているのか、キャリア支援につながるのか、そもそも“文系学部専門教育と職業との接続は可能なのか”という問いかけから始まった。そして、本研究を通して、最終的には文系学部専門教育と職業との接続を目的とするキャリア教育のモデル

を提示したいという思いに至った。具体的には、キャリア教育の観点から心理学と職業との接続を考えるという発想である。

職業との接続について、これまで本専攻は心理学の専門教育が社会人基礎力⁶⁾(経済産業省)の育成にもつながると考え、図1に示すようなカリキュラムを編成してきた。

本カリキュラムを通しての教育目標は、社会人基礎力のうち「考え抜く力」「チームで働く力」を具体化した3つのジェネリック・スキルに該当する、1)論理的思考力、2)コミュニケーション力、3)ビジネス・スキルの育成である。表1には、3つのスキルと教育方法との関連を示した。

1)論理的思考力は、初年次における心理学の基礎の学習から始め、心理学教育の根幹ともいえる心理学研究法の学習と、それらの集大成となる卒業論文作成を通じて育成する。2)コミュニケーション力は傾聴やアサーションの訓練、グループ作業による学習を通して習得、鍛錬し改善する。3)ビジネス・スキルは、初年次からレポートの書き方の指導を始め、演習系授業ではレポートの提出と添削を繰り返し、「ワープロソフトによる文書作成」と「表計算」のスキルを修練していく。また、数多くのレポート発表の機会を利用し、「スライドを用いたプレゼンテーション技能」の習得を図る。さらに、統計パッケージ(SPSS, IBM社)を用いた「データ解析技能」といった高度なビジネス・スキルを育成する。

一方、「キャリア心理学セミナー」はカリキュラム改編に向けたFD活動の結果として新設された

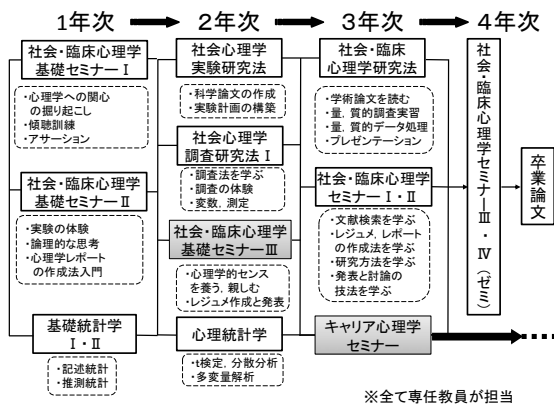


図1 本専攻の必修コア・カリキュラムの構造

表1 育成するスキルと教育方法との関連

育成するスキル	初年次教育の重視	積み上げ式カリキュラム	グループワーク・討論	卒業論文作成
論理的思考力	心理学基礎の学習	心理学研究法の学習		問題を発見し、課題を明確化し、データを収集分析し、結果を考察する一連の過程を身に付ける。
コミュニケーション力	傾聴訓練・アサーション訓練		グループ作業による学習	レポート作成、プレゼンテーション訓練、教員との連絡・相談・報告
ビジネス・スキル	レポート作成・ワードの習得	文書作成・レポート作成・ワードとエクセルの習得	レポート作成・データ処理・SPSSとパワーポイントの習得	

注:ワード、エクセル、パワーポイントはマイクロソフト社、SPSSはIBM社の製品。

が、西河ほか^{13) 14)}のデータ分析をはじめとする研究過程で、本専攻の学生に不足しているものは社会人基礎力で言う「前に踏み出す力」や自尊心であり、学生の自信を培うことが喫緊の課題であることが浮き彫りにされた。そこで本セミナーの目標を、学生の自信を養い、意欲を引き出すキャリア支援に置いた。本セミナーを通して学生が自信を培うためには、まず、大学での学習が確実に個人の人力になっていることに気づく、すなわち学生自らが心理学を学習する中で身に付けた力を実践的に確認し、それを元に将来のキャリア設計をすることこそが「前に踏み出す力」の源になると仮説を立てた。そこで、大学3年間に身に付けた力については、3つのジェネリック・スキルの達成度を確認させ、さらに、社会人である卒業生に直接交渉をする体験を通して、実践的にそれを確認させた。一方、卒業生の生き方に触れることは、卒業生自身が学生のロールモデルになるであろうと期待した。学生はロールモデルを通して、具体的に将来のキャリアをイメージすることが可能となり、自ら求めるキャリアを実現するためこれから身に付けるべき力は何かが明確化され、大学生活後半および社会人生活を見据えた実践目標が具体化するであろうと考えた。ロールモデルの提示方法には卒業生による講演もあるが、本セミナーでは、Project Based Learning (以下、PBLと略)を取り入れ、卒業生がどのようにキャリアを歩んできたかを、そのキャリアに関心を持つ学生が直接インタビューをして自ら考えさせる方法を取るこ

とにした。

しかも、同じキャリア志望を持つ学生たちが協同して卒業生調査に取り組むこと、即ち社会人と直に交渉をすること（PBL）は、主体的な関わりを生み出し、「前に踏み出す力」を引き出すことにつながるだろうと考えた。

つまり、キャリア心理学セミナーの目的は、就職活動のためのスキルアップではなく、心理学教育をベースに生涯発達の観点から学生のアイデンティティ形成をサポートすることにあり、さらには学内外のキャリア支援プログラムに通底する基礎を作ることにある。

同時に、インタビューを受ける卒業生にとっては、同じ心理学を学ぶ後輩たちはかつての自分たちの姿であり、大学卒業から現在までの自分自身を見直す契機、大学で心理学を学んだ自分自身の見直しにもなると考えた。この取り組みは、心理学を介した在 student と卒業生との“共育”であり、キャリア形成の面から見た心理学教育の意義の解明につながると考えた。つまり、本研究の目的である文系学部専門教育と職業との接続を意図するキャリア教育のモデルになりえるのではないかと想定した。

なお、FD 活動としては本セミナーを手掛かりに、キャリアの観点から心理学教育と職業・就職指導の PDCA サイクルを検討し、今後、カリキュラムを見直し、再構築していく際の基礎資料を得たいと考えている。

本稿では、本セミナーの授業概要を述べた上で、授業の意義を検討するために、1) 在 student が卒業生に対して行ったインタビューをどのようにまとめたかその内容を検討する一方で、2) 社会人経験年数の異なる卒業生の語りに経験年数ごとの特徴が認められるかについて検討したい。

2. 本セミナーの授業概要

本セミナーは著者である西河と八城のティーム・ティーチングで行われ、97名が受講した。また、専攻助手の千田紗織氏の協力も得た。

半期 15 週の授業内容は大きく 3 期に分けられ、Ⅰ期は自己分析、Ⅱ期はビジネスマナー等の社会人準備教育と卒業生へのインタビュー調査、Ⅲ期は調査結果の発表と各自のキャリア計画の見直しであった。Ⅰ期からⅢ期までの授業を通して、進路選択を見直し、大学生活後半および社会人生活を見据えた学習への取り組みを個人に合った形

で計画できるように支援した。

なお、本セミナーは全体講義と分科会別演習の二本立てで行った。以下に各期の概要を示す。

2.1. Ⅰ期（本セミナー第 1 週目～第 5 週目）

第 1 週（全体講義）は導入とし、本専攻のカリキュラムの特徴および本セミナーの目的について説明した。前者は、1 年から 3 年前期まで積み上げ式のカリキュラムを通して、ジェネリックな力（論理的思考力、コミュニケーション力、ビジネス・スキル）を育成してきたことである。後者は、生涯発達、キャリア心理学の観点から、受講生個人が、これまで大学で学習したことの意味を確認し、かつ大学生活後半の学習への動機を明確にすることである。次に、資料「こどもと大人を分かちもの」^[7]（内田樹；中央公論、2015 年 5 月号）を用いて、大人になることの意味や自己責任が求められていることについて考えさせた。

第 2 週（全体講義）は、NHK の番組「35 歳を救え 明日の日本」^[8]（2009 年放映）を視聴し、現代社会が激動の時代で、それに対して自己責任で対処していかなくてはならないと、各人の自覚を促した。その上でこれからどう取り組むべきかを、「レアカードになれ」^[9]という考え方を紹介して説明した。その考え方とは、まず、激動の社会に対処するためには社会に必要なとされる人材、1 万人に 1 人というほど希少価値の高い人材になることが必要である。そうなるために複数の領域で 100 人に 1 人の人材になり、複数領域を混ぜ合わせた新たな仕事や特殊性を作り出せばよい。例えば、一つの領域で 100 人に 1 人の人材になるのは可能なので、もう一つ別の領域で 100 人に 1 人の人材となり、かつ、2 つの領域を融合した仕事を生み出せば、1 万人に 1 人の人材になる可能性が生まれるというものである。特に、本専攻では心理学学習を通して、複数の領域のスキル、例えばジェネリック・スキル、傾聴訓練、パソコン・スキル、SPSS 等の統計技法などを習得できるので、新たに別な領域でのスキル、知識を獲得し、それらを融合し相乗効果を生み出す仕事を創造すれば、組織内において価値のある人材になり得ることに気付かせた。

第 3 週（全体講義と分科会別演習）では、はじめに、本専攻で学んでいることについて、何が身に付き、付いていないかを本専攻で開発した質問紙調査を使って自己分析させた。次に、職業選択

の考え方（適合性理論，職業的発達理論）を説明し，就職活動のための自己分析の手順を解説した。基本的考え方は，「職業の選択は，パーソナリティ表現の1つである」（Holland, 1997；渡辺ほか共訳，2013）^[10]で，人の行ってきた活動（体験）はその人のパーソナリティを表現するという見方である。ただ，類型論的観点からの説明は行わず，個別性を重視した。つまり，個人ごとにさまざまな体験を文章化し，それらを要約し，それらに共通する特徴を抽出させた。

第4週（全体講義）では，マインド・マップの使い方を説明し，「これまでの人生で充実感・満足感を得た体験は何か？」について，5W1Hを意識しながら連想を広げる課題を行った。マインド・マップはフィンランドのアヤトウス・カルタを紹介し^[11]，使い方を解説し実例を提示した。次にカルタを行って得られた体験を一つずつエピソードの形に具体的に記述させ時系列に整理させた。さらに，その体験でどのような要因が充実感・満足感をもたらしたかを思いつくまに挙げさせた。

以上の作業を踏まえて，それらのエピソードと要因を，「幸せの原型」ワーク^[12]を用いて記入させた。インストラクションは，①自分のこれまでの人生の中で幸せを感じたエピソードを思い出す（いつ，どこで起きたのか，どのような出来事だったのかなど），②エピソードの選択基準（深い満足を感じた，心が軽く，自由になる体験，思い出すたびに感動がよみがえるなど），③エッセンスを抽出する（その体験の何があなたをひきつけたのか，その体験のどのような要素が，あなたを幸せにしたのかなど），④フィードバック，であった。ただし，④は行わず，①②③については「誕生から現在まで，学校，家庭，個人の3領域で，重要な体験，充実感・満足感をもたらした体験（いつ，どこで，どのような出来事），その時の気持ちを，いくつでも付箋に記入の上，添付する」よう指示した。3領域で体験を思い出させた点が，本セミナーでの工夫点である。次に，「自分の将来を設計する」ワークを行った。インストラクションは，「大学卒業後から50代まで，組織，家庭，個人の3領域で，どのような体験を持ちたいか，そのために何が必要かを具体的に計画する。いつ，どの領域を重視するか？」であった。ここでは，組織，家庭，個人の3領域でのキャリアについて，時系列で具体的に記入させイメージ化を図った。

第5週（全体講義と分科会別演習）では業界・

企業研究について解説した。日経ウーマンオンラインや，日経BP記事検索サービス，東洋経済デジタルコンテンツ・ライブラリーなど経済記事の検索サイトを紹介した。また，企業情報提供サイト，ユーレットの使い方を説明し，学生を関心のある業界・職種ごとにグルーピングし，ユーレットを使って調べさせた。

2.2. II期（本セミナー第6週目～第10週目）

II期では，学生たちが5～6名のグループに分かれ，本専攻の卒業生19名へのインタビュー調査の準備と実施を行った。インタビューに協力した卒業生19名は，20代前半から30代後半で，職種も様々であった。またこのうち2名は，2015年度卒業見込みで，企業への内定取得済みの学生であった。協力を得た卒業生は表2の通りであった。

表2 調査協力者の内訳

調査協力者	人数
内定直後の4年生	2
卒業後2年	1
卒業後3年	2
卒業後4年	2
卒業後6年	2
卒業後7年	3
卒業後9年	3
卒業後12年	2
卒業後13年	2
計	19

第6～7週目（全体授業）では，インタビュー・グループ編成のために，進路に関するアンケートを実施し，その後，本学就職支援センターが3年生全員に配布している「就活ガイド」を用いて社会人マナー講習を行った。マナー講習には，一般企業での就業経験があり，かつ本専攻の卒業生でもある専攻助手の千田紗織氏にゲスト講師を依頼した。講習内容は，主に挨拶の仕方，電話やメールによるアポイントを取る際のマナー，スケジュールリングやto doリスト作成などで，実習を中心とする講習であった。

第8週目からは，グループ全員でインタビューを行うため，19のグループに分かれてロールプレイによる演習を行った。グループは，第6週目を実施したアンケート結果をもとに，可能な限り類似の希望進路で編成した。第9週目までの2週間

をかけて、インタビュー調査に向けてのスケジュール作成および質問項目を検討させながら、学生たち自身に卒業生への依頼と場所・日程などの調整をさせた。インタビューに協力した卒業生からは、事前に本セミナー担当教員より社会人マナーの実習も含んだインタビューであることを理解した上で協力を得ていた。そのため、学生たちはインタビューの依頼に際して、まず電話での挨拶と日程調整をすることから、本セミナーの実習が始まった。

第10週目では、インタビュー調査の事前準備として職業・職種・業界について情報収集をさせた。

第11週目を卒業生への実査の週とした。

インタビューの日時と場所は、インタビューに協力する卒業生の都合に合わせる必要があったため、実際のインタビューは、ほぼ本セミナーの時間外で実施された。実施日時は、仕事を終えた平日の夕方以降か週末に実施された。実施場所は千代田キャンパス、多摩キャンパス、インタビュー協力者の職場ないし職場近くの喫茶店など様々であった。

インタビュー調査の実施期間中は、グループによって実習内容の進捗も前後し、時間外作業も増える。各グループの進捗状況や実施内容を把握するため、3つの実施報告書を提出させた（所定の書式でA4用紙1枚）。実施報告書1は、インタビューの日時・場所が決定した時点で提出させた。主な内容は、インタビュー実施日時、実施場所、役割分担（誰がどのような役割をしたか）、担当教員からの連絡対応者（2名）の氏名とメールアドレスであった。実施報告書2は、インタビュー終了後に提出させた。主な内容は、報告書1の内容に加え、インタビュー協力者への御礼メールの送信日時であった。実施報告書3は、インタビュー調査報告会用資料となるもので、その内容はインタビュー協力者のキャリア、インタビュー質問項目、インタビューのまとめであった。実施報告書3は、「平成27年度キャリア心理学セミナー成果報告書」として冊子にまとめられた^[4]。

2.3. Ⅲ期（本セミナー第11週目～第15週目）

第11週から第12週目は卒業生インタビュー調査の結果整理と発表の予行演習を行い、第14回、第15回で19班のインタビュー調査成果報告会を実施した。報告会タイトルは「見た、聞いた、知った—今、私たちの人生に必要なことは何か」と

し、各グループが調査報告とともに提言を行った。報告は各グループ8分で、パワーポイントにて作成されたスライドを用いて行われた。

発表は、学生がそれぞれの職場、家庭で生き生きと働く卒業生の生き方に触れ、非常に感銘を受けた様子がよく伝わるものであった。

発表内容については、次節「3. 成果報告会での発表内容について」に詳述する。

最後に、本セミナーのまとめとして、自分の将来を具体的にイメージさせるとともに、キャリアの再設計をさせた。

3. 成果報告会での発表内容について

発表にあたり、インタビュー内容の概要を指定の用紙に要約させ、かつ、使用するパワーポイントには必ず「伝えたいこと」「学んだこと」「やっておくべきこと」「聞いて良かったこと」「大事なこと」などの表題で要点をまとめるように指示した。この指示は、膨大なインタビュー・データから学生が重要と考えるものを抽出しやすくするため、また、その学びを各自が自覚し、かつ成果報告会で全員が共有するため、さらに筆者らにとっては学生が何に注目するのかわかるために行った。

本稿では、2つの観点から発表内容を報告する。第一に、学生がインタビュー調査から何を得たか、である。これは、この取り組みが学生のキャリア支援にどのように役立ったかを知る手がかりとなる。第二に、協力者の卒業後の年数によりインタビュー内容は異なるか、である。学生が卒業生の生き方に触れて感銘を受けたのは、ロールモデルとして自らのキャリアを考える刺激となったからであろう。卒業生がどのようにキャリアを積んでいるか、それがインタビューにどのように表現されたかを知ることは、本セミナーの本質的な部分である。また、今後、調査協力者を選出するにあたり役立つ情報となるであろう。

3.1. 学生が捉えたインタビュー内容の分類

発表内容には、要点の整理にあたり学生が何を重要と捉えたのかが示されるであろう。そこで、学生の捉え方を見るため、今回の成果報告会全体を通して、内容を表3に示したように、分類・整理した。表3に見るように、学生は、就職活動において今、すべきこと、企業選択で重視すること、学生生活、生き方や生きる姿勢に関することの3つを重要と捉え、それぞれについて具体的、実践

表3 成果報告会で提言された内容分類

- ◆今、すべきこと
 - ・自己分析（自分の限界を知る）
 - ・行動すること
 - 説明会は千代田キャンパス
 - マナー講座は多摩キャンパス
 - SPIの勉強は冬休みから
 - ・自己紹介書を早めに作成する
 - ・就活講座やGD・模擬面接に参加する
 - ・SPIの勉強や面接などの対策は早くして損はない
 - ・資格取得
 - ・ミスマッチを防ぐ
 - ・スケジュール管理
 - ・内定もらって気を抜かない
- ◆企業選択について
 - ・企業研究、情報収集
 - その企業がどこに重きを置いているのか知る（組織図から読み取る、同業他社との比較）
 - みんなの就職活動日記
 - ・企業・業種に対する偏見や先入観に捉われない
 - ・会社によっては入ってから、自分に合う部門を見つけることが出来る
 - ・説明会や面接で、会社の雰囲気を見極める
 - ・職場の雰囲気（上下関係、女性の働きやすさ、スキルアップなど）
 - ・結婚した後も仕事復帰できる会社選び
 - ・転職は良いこと沢山？！
- ◆学生生活、生き方、生きる姿勢について
 - ・学生時代の学びを大切に
 - 大妻で学んだことは活かされる
 - 学生生活・心理学が社会生活に役立っている
 - 心理学は学んだ分だけ、人それぞれの活かし方があること
 - ・自分らしく生きる
 - 自分と向き合う
 - 自分のキャラクター・能力を理解し、活かそう
 - なりたい自分を想像する
 - 自分軸を見つける
 - 好きなものを大切にしよう！
 - 私生活と仕事とのオン・オフはしっかりと
 - ・人間関係を大切に
 - 周りへの「感謝」を忘れない
 - 人とのつながりを広げること
 - 人脈を広げる
 - 相手を理解しようとする
 - ・計画性を持つ
 - ライフプランを持つ
 - 時間を大切に使うこと
 - 人生を逆算する
 - ・心がけるべき姿勢・態度
 - 冷静な対応
 - 臨機応変さ
 - ポジティブに、前向きに
 - 積極的に行動すること
 - 今を「楽しむ」ことが一番！
 - どんな経験でも自分の糧にする

的に理解していた。つまり、就職活動の準備にしても、「自分の限界を知る」「ミスマッチを防ぐ」

「内定をもらって気を抜かない」など具体性があった。企業選択についても、「企業がどこに重きを置いているか」「偏見や先入観に捉われない」「会社に入ってから、自分に合う部門を見つけることが出来る」「結婚した後も仕事復帰できる会社選び」「転職は良いこと」など、現実を実感したことが伺われた。さらに、就職活動も企業選択も、「学生生活・心理学が役立つ」「自分軸を見つける」「周りへの『感謝』を忘れない」「人生を逆算する」「今を『楽しむ』ことが一番」「どんな経験でも自分の糧にする」など、具体的、実践的な人生への取り組みの一環として行うものであると理解したように思われる。

これは、卒業生の語りから、進路選択は、単なる就社活動ではなく、生き方や生きる姿勢を自覚した上で、就職活動も企業選択も行うものであると理解したということである。本セミナーの目標の一つは将来のキャリア設計で、発表会を通して学生がこの理解を得たなら、その準備ができたことを示すであろう。

3.2. 卒業後の年数による発表内容の違い

本セミナーでは企画の段階より、インタビュー調査はできるだけ幅広い層を対象とした方が、キャリアの多様性を示すデータが得られるだろうと想定し、内定直後の4年生から卒業後13年となる1期生までを対象とした。インタビューに協力した卒業生の個人特性や、学生が理解した範囲という制約はあるものの、発表内容には結婚や社会人経験などが間接的に反映されていると考えられる。

それでは、卒業生の語りは年齢、経験年数によってどのように異なるのであろうか。既述のように、この点を明確にすることは、学生にどのようなロールモデルを提供するかという本セミナーの本質に関わる部分であり、今後インタビューを依頼するに当たって、どの層を対象にするのが適切かを知る手掛かりにもなる。そこで、卒業後の年数ごとに語られた内容を整理して、その意味するところを以下に考察する。

内定直後の4年生は就職目的（分からない時はやりたくないものを除外する）、自己分析（長所、短所）、心理学を学んで良かったこと（傾聴、アサーション）について、卒業後2年の卒業生は自己分析（就活の軸として重要）などを語った。また、ともに、業界研究、説明会参加、就活講座、GD・模擬面接への参加、SPIや面接対策、自己紹介書作

成を早くすることなど具体的な就職対策について語った。

卒業後3年の卒業生は、ともに就職活動と会社生活に触れた。就職活動について、説明会参加(社会を知る機会、楽しみつつ努力できる)、自己分析(冷静な対応のために必要)、説明会や面接で会社の雰囲気を見極めること、自己分析をして具体的な目標を持つこと、積極的に行動すること(講座等への参加)などについて語った。会社生活については、実際に経験してから自分に合う部門を見つけることができること、仕事ではスケジュール管理が大切なこと、よい環境で働けること、転職も前向きな行動であることなど、より現実的な経験を語った。

卒業後4年の卒業生は、就職活動の軸、仕事の軸を持つこと、企業・業種に対する偏見や先入観に捉われないこと、企業が重きを置いているところを組織図、同業他社との比較から知ることなどを語った。また、学生生活・心理学が社会生活に役立つことについても触れた。

以上、卒業後4年までの卒業生は、主に、就職活動について具体的なアドバイスを語った。3~4年生が受ける就活セミナーを、仕事体験を踏まえて実感をもって語ったと言えよう。

卒業後6年の卒業生は、就職活動では自己分析(自分の限界を知る)、大学生活では今を「楽しむ」こと、会社生活について社会では臨機応変さが必要なこと(自分の限界を見極め、助けを求め)、周りへの「感謝」を忘れないこと(補い合って仕事をしている)を語った。

卒業後7年の卒業生は自分らしく生きる(自分の妥協点を探る)、ライフプランに合った企業を探ること、企業研究(継続性のある企業等)、積極的な就職活動(業界を絞らず説明会に参加)、転職に至らないように就活ではミスマッチを防ぐこと(自己分析と他者評価が大事)、大学では資格取得、学生にしかできないこと(海外旅行など)などを語った。

卒業後9年の卒業生は、人脈を広げること(趣味から出会い、結婚へ)、人生を逆算すること(出産・子育てを考えて)、なりたい自分(10年後の理想の自分)を想像することなど、結婚が新たに視野に入ってきた。就職活動では自分軸を見つけること(自己分析)、大学で学ぶ心理学は役立つこと(相手を理解する、人の心理への興味)の他に、一般職と総合職の違い、職場の雰囲気(上下関係、

女性の働きやすさ、スキルアップなど)を知ることなど、具体的な指摘もあった。

このように、卒業後6年から9年の卒業生は、自己分析も企業研究もキャリア設計も、「自分の限界を知る」「妥協点を探る」「ミスマッチを防ぐ」「職場の雰囲気を知る」「結婚・出産・子育てを考える」など指摘がかなり切実なものになっていた。仕事についても「周りへの『感謝』」「臨機応変さ」、大学生活についても「今を『楽しむ』」「学生にしかできないことをする」というように、実体験があるからこそ生まれた発言であった。

卒業後12年の卒業生は、ともに臨床心理士で、結婚後も仕事復帰できること、転職は良いこと、私生活と仕事との両立の大切さ、自分の内面に向き合う仕事、どんな経験でも自分の糧にすることを語った。

卒業後13年の卒業生は、自分のキャラクター・能力を理解し活かすこと、好きなものを大切にすること、ポジティブ・前向きにチャレンジすることを語った。もう一人は臨床心理士で、時間を大切に使うこと、ご縁を大切に積極的に人とのつながりを広げること、心理学は学んだ分だけ人それぞれの活かし方があることについて語った。

卒業後9年の卒業生でも触れられたが、10年を超えると、結婚、転職、私生活などさまざまなことがキャリアに影響を与えるようになり、種々の経験を糧にして積極的に生きようとするところに関心が向けられていると思われた。

このように、年齢、社会人経験年数、体験等によって発言内容が異なっていた。平成27年の平均婚姻年齢(夫妻とも初婚の場合)¹³⁾は、妻は29.0歳なので、就職して3、4年程度、結婚するまで、結婚後という区分けで調査協力者を選ぶことも考えられるであろう。

なお、本セミナー終了後、彼らの体験を「見た、聞いた、知った—今、私たちの人生に必要なことは何か」というタイトルで冊子化し¹⁴⁾、受講生全員に配布した。

4. 本セミナー後の振り返り

本セミナー終了後、受講生個人が自らを考える機会とするために、最終課題(個人レポート)を提出させた。最終課題は以下の諸点について振り返らせるものだった。

・ジェネリック・スキル(論理的思考力、コミュニケーション力、ビジネス・スキル)の達成度(で

きた部分、不足している部分) について

- ・自分の成長の確認について
- ・社会人になる準備について
- ・自分自身のキャリア設計とこれから身に付けたスキルを明確化することについて

課題は、学内で利用している LMS「manaba」を用いて受講生全員に配信し、レポートの提出も manaba を使用した。課題の教示内容は次の通りである。

『まず大学のホームページから、本セミナーのシラバスの「授業のねらい・達成目標」を読んでください。その上で、この授業を通して、ご自身がどの部分においてどのくらい達成できたか（出来なかったか）を、具体的な内容を明示しながらご自身の授業目標達成度について考察してください。さらに出来なかった部分や不足している部分については、どのような取り組みが必要だったかについても述べてください。』

なお、課題提出の期限は本セミナー最終日の一週間後とし、字数の制限は設けなかった。

5. 本セミナーの意義

おわりに、本セミナー初年度の取り組みを振り返った上で、学生にとっての本セミナーが持ちうる意義について考察する。既述のように、FD 活動を通して本専攻の喫緊の課題は学生が「前に踏み出す力」（社会人基礎力）を養うことであることが浮き彫りにされた。同時に、心理学教育をベースに、生涯発達の観点から学生のアイデンティティ形成をサポートすること、すなわちキャリア支援の必要性が確認され、キャリア心理学セミナーが新設された。

その背景にはキャリア支援が大学教育において重視されるようになった動向があり、それを筆者らは文系学部専門教育と職業との接続は可能か、という問いかけとして捉えた。本専攻で言えば、心理学教育と職業の接続を目的とするカリキュラムはいかにあるべきか、キャリア教育を含む心理学学習とはどのようなものか、あるいは、心理学学習が学生のキャリアにどのように貢献しているのか、キャリア支援につながるのか、といったテーマである。

そこで、本セミナーの目標を学生の自信を養い、意欲を引き出すキャリア支援に置いた。そのため、本セミナーを通して、①学生自らが心理学を学習する中で身に付けた力を実践的に確認し、②それ

を元に将来のキャリア設計をする。③そのキャリアを実現するためにこれから身に付けるべき力を明確化し、④大学生生活後半および社会人生活を見据えた実践的目標を立てる。そして、これら一連の作業が「前に踏み出す力」を生み出すと仮説を立てた。

具体的には、はじめに大学3年前期までに大学で身に付けてきたジェネリック・スキルを見直し、心理学の学習が確実に個々人の力になっていることを実践的に確認させるため、社会人らしいマナーや態度を身につけた上で、グループに分かれて、現実社会を実際に生きている卒業生らにぶつってみるといった体験をさせた。そして、卒業生をロールモデルとして将来のキャリア設計をさせ、大学生生活後半および社会人生活を見据えた実践目標を具体化させようと考えた。

授業概要に示した通り、3期に亘る種々の演習やインタビューなどの取り組みを通して、学生自らが心理学教育を通じて獲得したジェネリック・スキルを再確認し、学生の職業アイデンティティの形成をサポートすることで、彼女らの社会人基礎力、とりわけ、「前に踏み出す力」を育成することを目指した。

本セミナーの意義について、卒業生へのインタビュー報告から考えると、本セミナーは学生にとって具体的な将来のキャリア設計へ向けての準備となったと言えよう。しかもその準備は、わずかではあったとしても、単なる適職の見極めや就職先の選択といった表層的でビジブルな活動ではなく、むしろそれらを支える生き方や生きる姿勢といったインビジブルなものへの気付きといったより根本的な姿勢の準備にあったと言っても過言ではなからう。

これは、就職指導、キャリア教育ではきわめて重要な観点であるが、いわゆる就職セミナーでは扱いきれない内容である。筆者らの取り組みのように、卒業生インタビューというプロジェクトを媒介として、心理学教育、学生生活、生き方、キャリアを、学生一人々々が関連づけて、意味づけることによって可能となるものであろう。本セミナーは、PBL を用いた学生の生涯発達を視野に入れたアイデンティティ形成の支援であった。さらに、筆者らの問題意識で言えば、心理学教育とキャリアとの接続の可能性を示唆したと言えよう。まさにこのアイデンティティ形成のサポートにこそ、心理学教育の特長を見出すことができるのか

もしれない。

学生が過去、現在、未来のつながりに気づくことにより、生涯を自覚的に生きようとする事、すなわち「前に踏み出す」ことにつながったと期待したい。今後、最終レポートを分析することによって、本セミナーが個々の学生にどのような影響を与えたか、将来のキャリア設計や大学生活後半および社会人生活を見据えた実践目標は具体化したか。特に、学生個人が「前に踏み出す力」をつける、「自信を養い培う」ことに寄与したか、などについて分析し報告したい。

謝辞

本セミナーの授業実践に協力して下さった社会・臨床心理学専攻卒業生の皆さんに記して感謝申し上げます。

付記

本研究は大妻女子大学人間生活文化研究所「共同研究プロジェクト」(平成27年度; K2712)の助成を受けた。また、本プロジェクトは同研究助成(平成24年度~26年度; K076)を受け、社会・臨床心理学専攻のFD活動の一環として企画された。その経緯は西河ほか^{[1][2]}に報告した。

引用文献

- [1]西河正行・向井敦子・八城薫・古田雅明・香月菜々子・福島哲夫・加藤美智子・田中優・堀洋元。
「キャリア心理学セミナー」に関する授業研究第一報—専攻カリキュラムにおける位置づけと授業の目的—。大妻女子大学人間関係学部紀要 人間関係学研究。2012, 14, p.35-42.
- [2]西河正行・向井敦子・八城薫・古田雅明・香月菜々子・福島哲夫・加藤美智子・田中優・堀洋元。
「キャリア心理学セミナー」に関する授業研究第2報—学生評価から見た専攻カリキュラムの教育効果—。大妻女子大学人間生活文化研究。2013, 23, p.209-215.
- [3]八城薫・西河正行・向井敦子・古田雅明・香月菜々子・加藤美智子・神庭直子・田中優・千田紗織・福島哲夫・堀洋元。大学生のジェネリック・

スキル習得認知と社会心理学的個人差との関連—日常生活スキル・大学適応・キャリア選択の動機づけ—。日本社会心理学会第54回大会発表論文集, 2013, p.180.

[4]八城薫, 西河正行, 向井敦子, 古田雅明, 香月菜々子, 加藤美智子, 田中優, 福島哲夫, 堀洋元, 松尾藍, 千田紗織. 学生評価からみた積み上げ式カリキュラムの教育効果. 日本心理学会第78回大会発表論文集, 2014, p.1176.

[5]西河正行・向井敦子・八城薫・古田雅明・香月菜々子.心理学教育を通じた社会人基礎力の育成.大妻女子大学人間生活文化研究. 2015, 25, p.1-14.

[6]経済産業省 (2006) 社会人基礎力

<http://www.meti.go.jp/policy/kisoryoku/> (2017/2/16)

[7]内田樹. こどもと大人を分かちもの. 中央公論. 2015, 5月号, p.116-121.

[8]NHK 35歳を救え 明日の日本. 2009年.

<https://www.youtube.com/watch?v=zgohXYirs-Y> (2017/2/16)

[9]ITmedia ビジネス ONLINE レアカードになれ. <http://bizmakoto.jp/makoto/articles/1303/13/news003.html> (2017/2/16)

[10]Holland, John. L. "Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments". Psychological Assessment Resources, Inc. 3rd ed. 1997. (渡辺三枝子・松本純平・道谷里英共訳. ホランダの職業選択の理論—パーソナリティと働く環境—. 2013, p.19-24.)

[11]フィンランドメソッドのカルタ:マインドマップをつくってみよう.

<http://chirudai.exblog.jp/8602750> (2017/2/16)

[12]創元社セミナー ワークショップ 幸せな働き方生き方の創造 2015 授業内配布資料. 2015年2月28日から3月1日.

[13]平成28年度 人口動態統計特殊報告「婚姻に関する統計」の概況 結果の概要.

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/tokusyuu/konin16/dl/01.pdf> (2017/2/16)

[14]大妻女子大学人間関係学部人間関係学科社会・臨床心理学専攻. 見た、聞いた、知った—今、私たちの人生に必要なことは何か. 2015, 未公開.

Abstract

This is the fourth report from the study of building up the new teaching seminar in Career Psychology. Starting from our act on the Faculty Development in 2009, we decided to add a new teaching programme, “Seminar of Career Psychology”, to the curriculum. The research on how we design and structure this seminar has been conducted under the competitive research funds of Otsuma Women’s University since 2012. In this report, we may illustrate the first run of the seminar in detail, which was provided to the junior students in the last half of the school year of 2015.

This fifteen-week seminar consists of three parts: The first part is designed for the students to become aware of their own career development. In the second part, students start to learn some business manners and the whole picture of the business world for preparing to perform as a member of society. In the last part, students are encouraged to plan the interview with the graduates. All findings from the interviews would be shared in the class by giving presentations as a part of the course work.

Throughout the whole programme of 2015, students were provided some opportunities to consider and develop their own career. At the end of the seminar, all students were given home-work assignments to make their own “life-long career plan”. However, these ideas would be shared with all members of the seminar as a booklet.

According to the discussion, it has been clarified that the significance of this seminar was helpful in the way to support the identity formation of the student.

(受付日：2017年4月14日，受理日：2017年4月26日)

西河 正行（にしかわ まさゆき）

現職：大妻女子大学人間関係学部 教授

慶應義塾大学大学院社会学研究科博士課程単位取得満期退学。

専門は臨床心理学。現在は大妻女子大学大学院で臨床心理士の養成に携わりながら，主に，学生相談におけるグループワークについて研究を行っている。

主な著書：大学生における精神的不適応予防に関する研究（共著，風間書房）