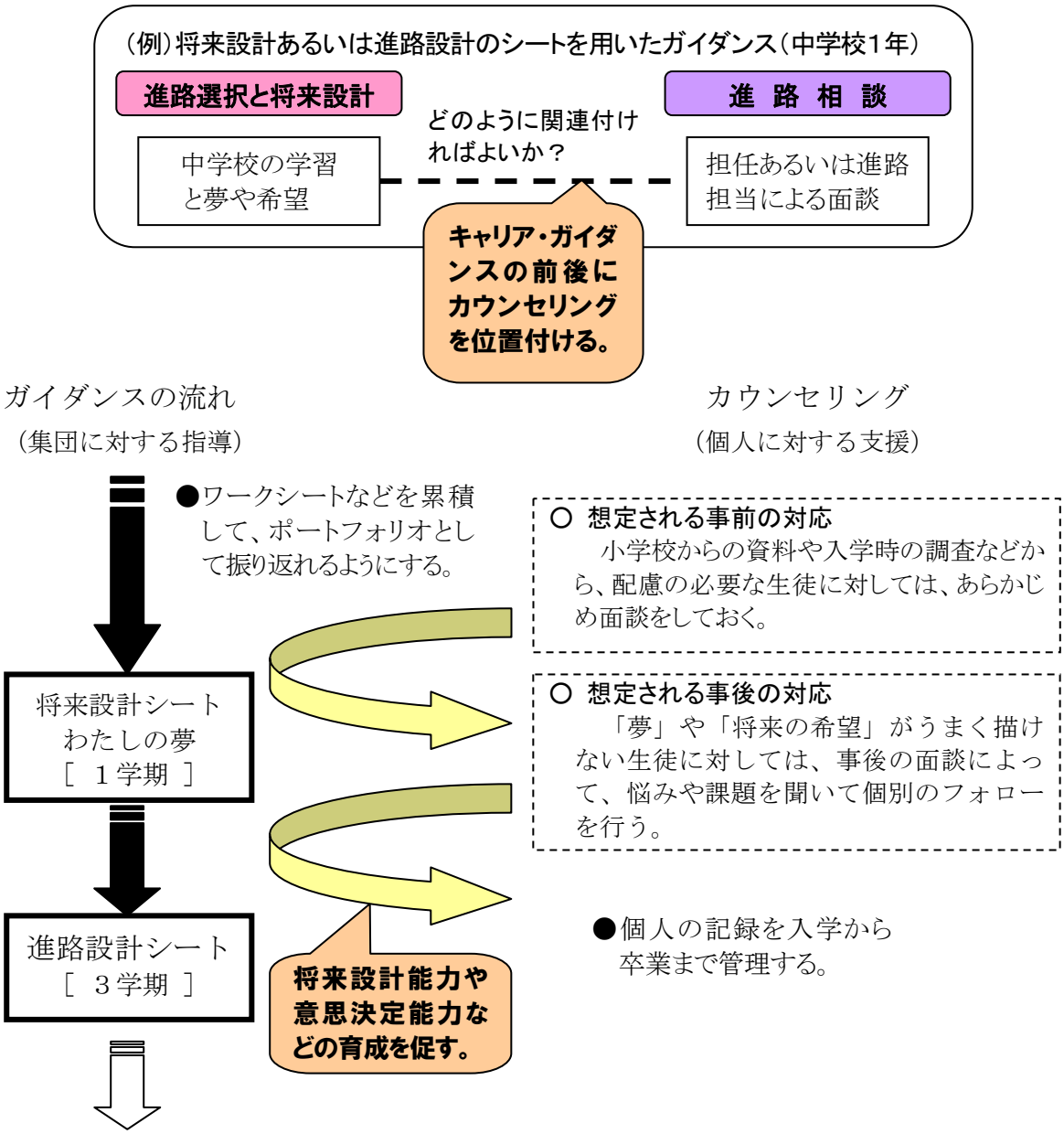
POINT 4　ガイダンスとカウンセリングとをつなぐ

進路指導においては、ガイダンス的な要素が強いため、心理面も含めて、生徒の側に受け入れる準備が整っていないと、情報をどのように活用したらよいか分からず、円滑に進路学習が進まないケースもみられます。そこで、キャリア・カウンセリングを行うことにより、生徒の心理面にアプローチし、課題を明確化させることが期待できます。

カウンセリングは、ガイダンスの後のフォローだけでなく、ガイダンスの前段階にも位置付けることで、補完的な役割を果たすことができると考えられます。

イメージ図　キャリア教育におけるガイダンスとカウンセリングの関係



事例紹介

ここでは、進路希望が似ているなど、共通の志向性をもった数名の生徒からなるグループを編成して行う、グループ・カウンセリングの実践を紹介します。

事例 16〔高等学校〕進路ガイダンスの一環としてグループ・カウンセリングを実践する

この高校では、２年次からのコース選択に向けたガイダンスの一環として、グループ・カウンセリングを行って、個別支援を試みました。

■ グループ・カウンセリングのねらい、実施形態、進め方

ここでは、上越教育大学の三村隆男助教授が、その著書の中で紹介しているボード・カウンセリングの手法をもとに実践しました。

『キャリア教育入門　その理論と実践のために』（実業之日本社）

○ ねらい

多くの学校で行われている面談は、学級やホームルーム単位で担任が個別に指導するケースがほとんどです。これに対し、グループによるキャリア・カウンセリングは、学級やホームルームの枠を超えて、同じような意識や進路希望をもった生徒同士で集団をつくり、キャリア・カウンセリングを行うという点で、従来とは異なる新しい手法と考えられます。

○ 実施形態

（1）構成メンバー

・共通の分野を希望、あるいは志向する生徒数名。

・ファシリテーター役の教師１名。

・記録や進路情報に関する質問への対応のため、アシスタント役の教師が参加する場合もあります。

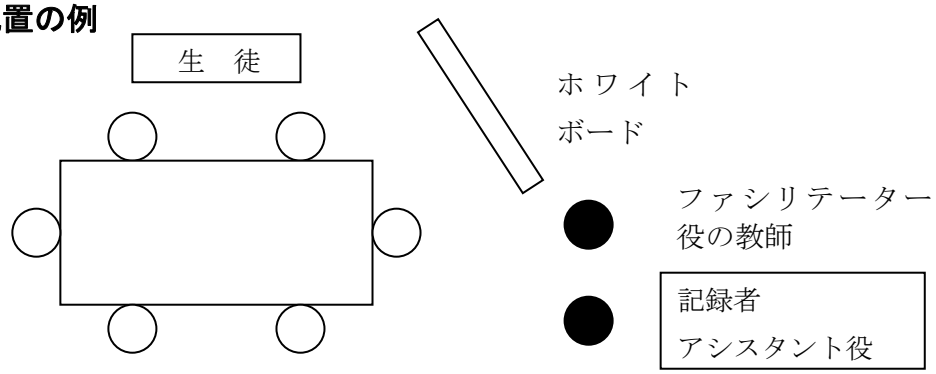
（2）準備

・職業レディネステストの結果を持参させます。自己採点したものを持参させる方法のほか、自己採点を適宜この活動の一部に取り入れることも可能です。

・ホワイトボード（ペンは３色）、名札（呼んでほしい名称をあらかじめ書かせます。）

（3）所要時間　：　60分

（4）会場及び配置の例



○ 進め方

以下の進め方はあくまでも一つの例であり、適宜アレンジが可能です。

① ボード・カウンセリングの開始を宣言（ファシリテーター）（３分）

・話し合いの目的を説明する。
・目的を確認する。

> 進路実現のためには、どのようなことを明確化すれば学習に取り組みやすいのか整理する。

・ここで話し合われた個人的なことは、この場だけにとどめる。
・積極的に発言するが、個人攻撃や揶揄は避ける。
・感情的にならない。
・他者の発言を傾聴する。
・最後に感想を話してもらうので、気付きや感情の動きを大切にして覚えておく。

② 参加者の信頼関係づくりを兼ねた自己紹介（５分）

・緊張をほぐし、安心感をもって、効果的な話し合いが展開できるようにする。

→ はじめの生徒「～の好きな～です。理由は～だからです。」
→ 次の生徒「～の好きな～さんの隣の～が好きな～です。理由は～だからです。」以後続ける。

③ 課題の開示（１０分）

・参加者全員から、直面している課題（進路選択）に対する不安、悩み、疑問を端的に挙げてもらい、ファシリテーターがボードに記入していく。
（それぞれ発言者の名前を青で入れる。）

④ 課題の説明（１５分）

・ボードに書かれたものについて、一人ずつ発表してもらい、それに対し、他の参加者は質問、意見を述べる。ファシリテーターは、受容、共感、質問、整理を繰り返す。うまく発言できない生徒へは声かけをし、安心して参加できるよう配慮する。
・同じような内容でも、背景は異なるので、全員に発言してもらう。参加者は受容あるいは共感の姿勢で傾聴する。

⑤ 意見交換及び整理（１５分）

・出された意見を聞きながら問題を整理し、発言した本人がある程度解決されたと認識されたものには赤で線を引く。残った問題に対し、さらに意見交換をし、整理する。所定の時間が経過したら、そこで終了とする。課題が残ってもよい。

⑥ まとめ（７分）

・一人一人に感想を述べてもらい、参加者でシェアリング（分かち合い）をする。各自の気付きを大切にし、次の行動につなげる。ファシリテーターは、生徒が課題に取り組むにあたって、参考になる情報があれば提示してもよい。

⑦ 振り返り用紙記入（５分）

・話し合いを通して感じたこと、気付いたことを各自整理する。

○ 実施にあたっての留意点

この話し合いの中では、生徒は少なからず自己開示を求められます。何らかの理由（いじめにあった経験がある、周囲の目を過剰に気にするなど）で自己主張をためらう生徒には、グループ・カウンセリングを無理強いしない配慮が必要です。このような生徒には、個別相談を継続して、参加できるようになってから導入を考えた方がよいでしょう。また、ファシリテーター役の教師は、話し合いの途中で話題がそれたり、特定の参加者が非難されたりした時は、即座に介入し、円滑に話し合いが展開されるよう配慮します。

適切な実施人数は、ファシリテーター役の教師１名に対して、５～７名程度と想定されます。なお、受験期はライバル意識が強くなることから、１学年での実施が効果的と考えられます。

○ 実施後の留意点

参加者の中には、新たな疑問や不安が生じる場合もあるので、その後のサポートを怠らないようにします。特に、振り返り用紙を通して心情を把握するとともに、課題が明確化された場合は、その解決に向けて具体的な方策が見いだせるよう援助することが大切です。また、個別の相談が必要な場合には、できるだけ早い時期に実施できるよう、日程、担当者の調整をします。

○ 発展の方向性

共通の課題が見えた場合は、それぞれが研究を進め、分かったことを次回持ち寄ります。進路研究を進める上で、教師からのガイダス的なアプローチが必要となることがあります。資料の提供やインターネットを活用した情報収集の仕方をはじめとし、個々の生徒に応じた適切な援助が求められます。その際に、校内の教職員のみならず、校外の人材も含めて、誰が援助資源となり得るのかを判断し、つながりを付けていくことが大切です。あくまでも生徒主体というスタンスで進めることで、進路意識の高揚を図りますが、進路指導のガイダンスの機能を充実させるきっかけとなることが期待されます。

以後、このグループ・カウンセリングは必要に応じて開催しますが、これに依存するだけでなく、生徒間で日常的に自主的な情報交換がなされ、互いに視野を広めつつ、それぞれが自己実現に向けて学習に取り組んでいくことを目指します。

振り返り用紙

実施日　　月　　日

１年　　組　　番

今日のグループ・カウンセリングはあなたにとってどうでしたか？ふりかえってみましょう。

Ⅰ．あてはまる数字に　○　を付けてください。

１．リラックスして参加することができたと思いますか

4	3	2	1
とてもそう思う	ややそう思う	あまり思わない	思わない

２．自分の考えや気持ちを言うことができたと思いますか

4	3	2	1
とてもそう思う	ややそう思う	あまり思わない	思わない

３．自分の考えや気持ちを他の人に分かってもらえたと思いますか

4	3	2	1
とてもそう思う	ややそう思う	あまり思わない	思わない

４．他の人の考えや気持ちが分かったと思いますか

4	3	2	1
とてもそう思う	ややそう思う	あまり思わない	思わない

５．自分にとっての課題が見えてきたように思いますか

4	3	2	1
とてもそう思う	ややそう思う	あまり思わない	思わない

Ⅱ．今日のグループ・カウンセリングを通して、気付いたこと、感じたこと、考えたことなどを書いてください。自分なりの課題が見えてきた人はそれについても書いてください。

■ 実践の資料1　グループ・カウンセリングの概要

○ 第1回　平成 17 年 11 月 11 日　ファシリテーター役1名、記録者1名、教員の参加者4名

※　医療・看護・福祉などの分野を志望している生徒 13 名。今回は、希望した生徒を全員参加させたため、６名と７名の二つのグループを編成した。

Step1　来室順に名札を書いてもらう。(フルネーム、好きな色のマジックで)

1 メモ、写真撮影の了解を得る　→ 2 担当者の自己紹介(名札は生徒と同じように作成)
→ 3 留意点の確認　→ 4 流れの説明　→ 5 参加者自己紹介
→ 6 テーマの提示

進路実現のためには、どのようなことを明確化すれば学習に取り組みやすいのか整理する。

→ 7 一つずつ挙げてもらう。
・生徒の様子(発表者を指定したらためらいの表情。となりと顔を見合わせる様子)
→ 8 近くの2、3人で2分程度、話してもらう。
→ 9 その間にホワイトボードにテーマを書く。

Step2　グループごとに「明確にすべき課題」発表してもらう。(司会者が板書)
・生徒の様子 (この頃から自由に話し始めた)

Step3　考えていく上でのアイデアを集める。(情報の入手先、相談する先生、調べる方法)

Step4　まとめ

1 ファシリテーターの説明

・残った課題は調べてみる。
・一人一人の状況が最も分かっている先生に相談する。
・せっかく会った仲間どうしなので、廊下でも積極的に声かけをしたり、情報交換の機会をもったりできるとよい。

→ 2 感想を述べる(一人ずつ)　→ 3 振り返り用紙記入
→ 4 レディネス・テストの説明(12月期末試験後に実施する。)
→ 5 最後にねぎらいの言葉　お互いに拍手　→ 終了

○ 実施後の教員によるミーティング

① 成果:「共感」という言葉が多くの生徒から引き出せた。従来のガイダンスやカウンセリングではなかなか得られない手応えを感じることができた。

② 方法について気付いた点
・あるクラスの参加者だけが多いような偏りがあると、参加者の少ないクラスの生徒が気後れする傾向が見られた。

③ 今後に向けて
・流れは簡単であるが、生徒から発言を引き出すために、多少慣れが必要である。
・担当者は担任でない方がよいかもしれない。
・今日の様子から次回も生徒は参加するのではないか。
・生徒は進路に関する理解が不十分なので、ガイダンスとしても十分意義がある。
・2年生でも実践は可能と思われる。

○ 第2回　平成17年12月14日　　ファシリテーター役1名、記録者1名、教員の参加者1名

※　医療・看護・福祉などの分野を志望している生徒３名。今回は、カウンセリングとしての効果をはっきりさせるため、前回よりも少人数で実施した。

Step1　来室順に名札を書いてもらう。(前回使用したもの)

1　導入

「前回から今回の間に変わったこと、調べたこと、話したことは？」
⇒「ない。期末テストがあったので･･･」

2　テーマの提示

看護･医療系の職業に求められる資質･能力について、話し合いを通し考える。

3　流れの説明

今回は生徒間の話し合いを中心に展開することを伝える。

Step2　話し合い

①「看護」、「医療技術」、「介護サポート」のそれぞれの分野に抱くイメージ、求められる資質や能力はどんなものか各自で考えさせ、まず、一人一つずつ具体例を挙げてもらう。
- ･外見、資質、出会った人から受ける印象など、できるだけ数多く具体例を出してもらう。
- ･一枚の付箋紙に一つずつ具体例を書かせる。
- ･まず、看護について書けたらホワイトボードに貼り付けさせる。
  (あとで説明してもらうので、一人一人のブロックに分けて貼る。)
- ･同様に、医療技術、介護サポートについても考えさせる。

②　看護から順に各自が考えた内容を発表していく。
　他の人と同じ意見であっても、そう考える理由はそれぞれ違うので、すべて発表してもらい、一人一人の考えを大切にする。

③　司会者は、参加者がそのように考える背景について、適宜質問をし、イメージの明確化を図る。

④　医療技術、介護サポートについても同様に進める。

⑤　すべて終了したら、付箋紙を整理する。
- ･共通するものを集める。(参加者に出てきてもらい、話し合いながら整理してもらう。)
- ･司会者は、生徒の発言や追加の意見を聞きながら、ホワイトボード上で、意見が書かれた付箋紙を貼りかえたり、カテゴリーごとにまとめたりする。

Step3　まとめ

1　ファシリテーターの説明

- ･職業に求められる資質や能力は多様である。
- ･自分の資質･能力も幅広くとらえ、伸ばしていくことが大切である。
- ･職業レディネス･テストの結果と自分の予想、希望とのギャップへの対処についてもふれる。
- ･自分の悩みや不安は、当面の目標を明確にし、具体的に取り組むことで解決の糸口が見いだせる。

→ 2　各自感想を述べる　→ 3　振り返り用紙記入　→　5　ねぎらいの言葉(終了)

○　実施後の生徒の意見

- ･人数は、10名を超えると、自分の意見が出しにくい。
- ･人数が少ないので、自分の気持ちをより素直に表現できた。

■ 実践の資料2 グループ・カウンセリングの振り返り用紙から

（１回 ⇒ ２回の違いを比較した。）

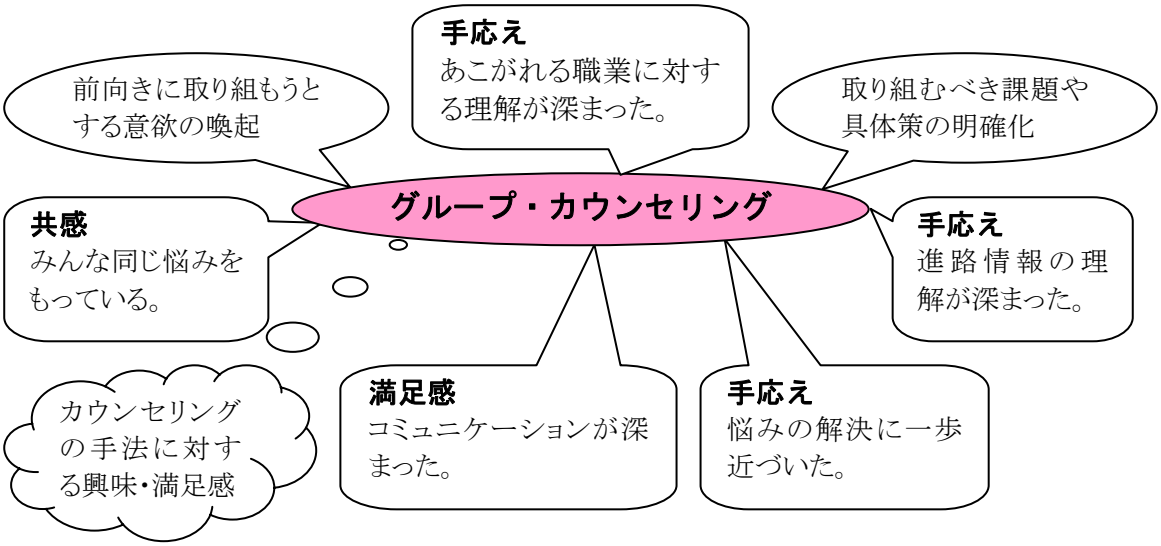
Ⅰ．あてはまる数字に ○ を付けてください。

	Ａさん	Ｂさん	Ｃさん
１．リラックスして参加	３⇒３	３⇒３	３⇒４
２．自分の考え、気持ち言う	３⇒４	３⇒３	２⇒４
３．自分の考え、気持ち分かってもらえた	２⇒４	４⇒４	２⇒４
４．他人の考え、気持ち	２⇒３	４⇒４	３⇒４
５．自分の課題	２⇒３	３⇒４	３⇒３

Ⅱ．今日のグループ・カウンセリングを通して、気付いたこと、感じたこと、考えたことなどを書いてください。自分なりの課題が見えてきた人はそれについても書いてください。

	1回	2回
Ａさん	皆、同じようなことを思っていた。共に励ましあうことができそうだ。	看護に関連することの視野が広がってよかった。
Ｂさん	同じ進路に進もうとしている人たちと悩みや今考えていることを打ち明けあうことができてよかったと思います。これからはもっとたくさんの学校を調べて自分に合った学校をみつけられたらいいなと思います。	同じ職業を目指している人たちと話すことができてよかったと思います。これからは勉強だけでなく、その他にも必要なやさしさなどを学びたいです。自分で動くことのできない祖母の面倒をみているおじの手伝いをもっとしていろいろと学んでみたいと思いました。
Ｃさん	グループ・カウンセリングを初めて受けて、思っていたものとはとても違いました。私自身もっと積極的に取り組むことができればよかったと思います。内容では、もっと他の意見もかわせたらいいと思いました。まだ自分の将来について決まっていないので考えたいと思います	前回に比べると、少人数だったのでとても参加しやすく感じました。自分の考えを数多く言えたし、友達の意見もいろいろ聞けました。 自分の意見を紙に書いて貼ったりしたり、いろいろな工夫がされていたので、とてもよかったです。まだ自分の進路は、はっきり決まりませんが２回のグループ・カウンセリングを通して、今までにはなかったものが得られて本当によかったです。ありがとうございました。

（記述の特徴：カテゴリー分け）



事例から学ぶこと

相談と聞くと、個別の指導・支援という思い込みがありますが、グループの人数を増やすと、ガイダンスの面を強く出すことができます。また、人数を減らすと、カウンセリングの面を強く出すことができます。目的に応じて、ガイダンスやカウンセリングの構成メンバーを柔軟に変えていくことも、指導の効果を高めることになります。このような実践によって、担任だけの進路相談に任せてしまう指導体制を変え、進路指導部が組織的に動く体制づくりがしやすくなります。