

第2節 高校生期のキャリア発達課題

1 入学から在学期間半ば頃までの発達課題と取組の基本的な考え方

入学から在学期間半ば頃まででは、新しい環境の中で、他者との望ましい人間関係を築き、自己理解を深め、社会をつくり社会で生きていくために社会を知り、将来、職業に就くために働くということを考え、勤労観や職業観を育てていくことが重要な課題となる。また、実際に生きていくための生活の実践力も養う必要がある。これらの課題実現に向けて努力する態度を育てていくことが大切である。

入学から在学期間半ば頃までのキャリア発達の特徴を踏まえた取組の例

- 新しい環境に適応するとともに、他者との望ましい人間関係を構築する。
【自分を知る】【社会を知る】 コミュニケーションスキル（ソーシャルスキル）トレーニング 相互の理解
- 新たな環境の中で自らの役割を自覚し、積極的に役割を果たす。
【自分を知る】 自分の性格・個性・興味・関心 自分史
自分の価値観について知る 学年・学期の自己目標を立てる
- 学習活動を通して自らの勤労観・職業観について価値観形成を図る。
【社会を知る】【働くとは】 職業調べ 職業インタビュー インターンシップ
学校見学・企業見学
- 様々な情報を収集し、それに基づいて自分の将来について暫定的に決定する。
【社会を知る】【働くとは】 職業研究・学部・学科研究 興味調査 企業・学校見学
- 進路希望を実現するための諸条件や課題を理解し、検討する。
【自分を知る】 適性検査 自己診断調査
- 将来設計を立案し、今取り組む学習や活動を理解し実行に移す。
【未来設計】 10年後の理想の私を見据えた年間・学期計画を立てる

【実践例】《特別活動・ホームルーム活動》

題材名 自分を知る

■ ねらい

人は皆違うことを踏まえてお互いを理解し、自分の個性や良さや特徴を理解して、人の一生を考えながら、社会をつくる一人として社会の中で自立した人として主体的に生きていく能力を育てる。

■ 本実践とキャリア教育

人はそれぞれ違った個性を備えている。お互いを認めながら、自分の個性を具体的に捉え、望ましい価値観を備え、将来を展望しながら伸長することは、より良い生き方につながる。また、他者との関わりや社会との関係を考えることはより良い人間関係作りや社会づくりにおいて重要なことである。

《本時のねらい》

- これからの人生で、望ましい価値観を備えることで、何を大切に生きているのかという軸(アンカー)を知るきっかけとする。
- 自分の価値観から、これからの職業観・勤労観や生き方在り方を、将来に向け具体的に考えることができる。

《展開》

過程	学習活動と内容	指導上の配慮事項と評価 ○：配慮事項 ◎：キャリア教育の視点から見て特に重要なこと ☆：評価
導入	1 自分の個性や性格, 興味や関心, 以前書いた自分史, なりたい自分や自分の夢を振り返る。	○ 自分のことを多角的に見ることに気付かせる。
展開	2 価値観について知る。 3 キーワードを理解し, この先の人生で「最も大切」にしたい価値観と2番目に大切な価値観を選ぶ 4 キーワードを理解し, 提示されている価値観の中からこの先の人生で「大切でない」価値観と2番目に「大切でない」価値観を選ぶ。 5 全ての価値観を自分にとって大切な順に並べる。 6 「最も大切な価値観」と「最も大切でない価値観」の理由を具体的に書く。 7 グループ内で, 各自の結果とその理由を共有する。 8 自分が大切にしたい価値を生かす生活を送るために今できることを具体的に考える。	○ 価値観について説明し理解できるようにする。 ○ 考える手掛かりとして, 10例(時間, 家族, 地位, 愛情, 貢献, お金, 健康, 安心・安全, 責任, 人間関係, 夢など)の価値観に関するキーワードを紹介・説明し, 理解できるようにする。 ○ 人生は選択の連続であり, 人生において何を大切に生きていくかが重要であることを気付かせる。 資料 自分史 ◎ 自分を知り, この先の人生を考える上で価値観は重要であることに気付かせる。 ○ 自分が価値観についてどのように考えているか自覚させるようにする。 ◎ 人はそれぞれ異なった価値観を持っており, 様々な学習や経験によって形成されてきたことに気付かせる。 ☆ 「最も重要」「最も重要でない」価値観を考えることができ, その理由を考えることができる。 ○ 現在の生活の中でできる具体的な内容にするよう考えさせる。 ☆ 自分が重要とする価値観を知り, その価値観を生かす生活を送るために今できることを考えることができる。
まとめ	9 在り方生き方と価値観との関係を振り返る	○ 価値観は今後の学習や経験によって変容するものであること, それぞれの価値観の違いを互いに尊重することが重要であることに気付かせる。

《実践のポイント》

- 人の一生という視点で見ることと, 社会とのつながりや職業について意識し考えられるようにしましょう。

2 在学期間半ば頃から卒業を間近にする頃までの発達課題と取組の基本的な考え方

この時期は、大人の社会でどう生きていくかという課題に遭遇する時期であり、自分の人生をどう生きるか、自分の存在価値とは何かといった、人間としての生き方在り方を考えながら、自分の進路実現に向けての選択・決定を迫られる。具体的に、進路の選択・決定を行う生徒もいれば、自分の現実に目を向けず理想ばかり追い求め、自己が肥大してしまう生徒もおり、様々な不安や悩みを抱えやすい。

特に、就職を希望する普通科の生徒は、他学科に比べ厳しい就職状況に直面することが多いにもかかわらず、この時期においても進路意識や目的意識が不明確な生徒も少なくないので、インターンシップ等の体験的な学習を通して、自分のキャリア形成に必要なより実践的な知識の習得や、より明確な自分の適性理解、将来設計、勤労観・職業観の形成・確立を図る必要がある。

また、この過程を通して、生徒は自己及び自分の置かれている現実としっかり向き合いつつ、自分の将来を見据えることで、課題に立ち向かい解決していく能力、つまり社会で生きていく力を身に付けていくのであり、それが生徒の自己実現につながっていくのである。

以下に、その実践例を示す。

【実践例】《特別活動・(ホームルーム活動)》

題材名 自己理解・他者理解

■ ねらい

- 他人の目に映った自分を知ることで、他人と自分の見方の差異を認識し、自己の内面を見つめることで自己理解を深め、自分と向き合う姿勢を身に付ける。
- 自己理解を深めることで、人間理解という点から他者理解につなげる。

■ 本実践とキャリア教育

- 米国の心理学者ジョー・ラフトとハリー・インガムが提唱した「ジョハリの窓」を用いて、他人という鏡を通じて自己理解を深化させ自分を相対化することで、自分の能力や適性を的確に判断し、自分の進路における可能性を広げることを目指す。
また、自己理解から他者理解につなげ、人間関係形成能力の向上を図ることができる。

全体構想

事前指導	○ 過去の自分を振り返る ・ 「過去の栄光」を思い出し、自分を振り返る。	[関連] <総合的な学習の時間> ・ 自分自身に関すること ・ 他者や社会との関わりに関すること ・ 自己の在り方生き方や進路に関すること <特別活動(ホームルーム活動)> ・ 自己及び他者の個性の理解と尊重
本時の指導	○ 「人から見た自分」を知る ・ 「ジョハリの窓」を用いて自己理解を深める。	
事後指導	○ 他者理解と未来の自分 ・ 今まで他者がどのような思いで自分に関わってきたかについて考える。 ・ 「ジョハリの窓」を用いて他者理解を試みる。 ・ 自分が成功した姿をイメージし、それを記録する。	

《本時のねらい》

- 他人と自分の見方の差異を認識することで、自己理解を深める。
- 自分でも気付いていなかった自分に気付いたり、自分・他者共に知っている部分を広げたりすることで、生徒の進路における可能性を広げる。

《展開 2時間》

過程	学習活動と内容	指導上の配慮事項と評価													
導入	1 前時の学習を振り返る。	○：配慮事項 ◎：キャリア教育の視点から見て特に重要なこと ☆：評価 ○ 前時に行った「過去の栄光を思い出す（これまでの日々の生活の中で、嬉しかったことや誇れることなどを思い出すことで、自分を振り返る）」ことと同じ自己理解の方法であることを理解させる。													
展開	2 「ジョハリの窓」を理解する。 <table border="1" data-bbox="316 846 820 1346"> <thead> <tr> <th colspan="2" rowspan="2"></th> <th colspan="2">自分</th> </tr> <tr> <th>知っている</th> <th>知らない</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <th rowspan="2">他者</th> <th>知っている</th> <td> 開かれた窓 自分・他者共に知っている部分 </td> <td> 気付かない窓 自分は気付いていないが、他者には見える部分 </td> </tr> <tr> <th>知らない</th> <td> 隠された窓 自分は知っているが、他者には見えない部分 </td> <td> 閉ざされた窓 自分・他者共に知らない部分 </td> </tr> </tbody> </table> 3 自分について、自分と関わりの深い人にインタビューし、「他者から見た自分」像を把握し、まとめる。（クラス内でのインタビューは本ホームルーム活動（第1時）において行う。） 4 前時の「過去の栄光」でまとめた自己理解と見比べ、共通点、相違点を整理する。			自分		知っている	知らない	他者	知っている	開かれた窓 自分・他者共に知っている部分	気付かない窓 自分は気付いていないが、他者には見える部分	知らない	隠された窓 自分は知っているが、他者には見えない部分	閉ざされた窓 自分・他者共に知らない部分	○ 「ジョハリの窓」には、「開かれた窓」「気付かない窓」「隠された窓」「閉ざされた窓」の4つの窓があり、それぞれの窓の役割を理解させる。 ○ 心の窓を開くことは、自己開示することであり、それは人間関係づくりに欠かせない点であることにも言及する。 ○ 誰に（友人、家族、部活の先輩・後輩、先生）何を（自分の魅力的な点、直した方がいい点、集団の中でどんな役割を果たしているか、どんなことに興味・関心があるように見えるか、どんな仕事に向いていると思うか、それらの理由は何か）インタビューするかを把握させる。 ◎ 自分の良さや個性について、自分が気付かない点、他者が知らない点があることに気付かせる。
				自分											
		知っている	知らない												
他者	知っている	開かれた窓 自分・他者共に知っている部分	気付かない窓 自分は気付いていないが、他者には見える部分												
	知らない	隠された窓 自分は知っているが、他者には見えない部分	閉ざされた窓 自分・他者共に知らない部分												
まとめ	5 学習を振り返り、自己理解が深化したか確認する。	☆ 自分の良さや個性、内面に気付き、ありのままの自分を理解・把握し、自己受容することができる。													

《実践のポイント》

- **他人と自分の見方の差異について認識させましょう。**
 「自分の知る自分」と「他者から見た自分」には必ずギャップがあるので、そのギャップをしっかり認識させ、他者からの意見に素直に耳を傾け、受け入れるよう指導しましょう。
- **十分な自己理解が自分の進路の可能性を広げることにつながることを理解させましょう。**
 進路選択は、まず初めに「自己理解」から始まります。進路決定が迫っているこの時期に、確かな自己理解と自己にしっかりと向き合うことが確実な進路決定につながることを理解させましょう。