

話題の講義ライブ  
**LIVE 2012**

Today's Program **キャリアカウンセリング**

# HOSEI UNIVERSITY 法政大学

**HOSEI**

キャリアデザイン学部 キャリアデザイン学科

5.28.Mon. at Ichigaya

11:10~12:40

宮城 まり子 教授



## 来年で10周年を迎えるキャリアデザイン学部 最先端を行く、法政大学の学習現場から

**講義の流れ** キャリアカウンセリングの背景にある理論や支援方法の修得を到達目標とする。全15回。  
**醍醐味** 人間の生から死にいたる生涯発達を展望したキャリア発達とキャリア形成について考え、またキャリアに関する悩みや葛藤を抱えた人をいかに支援するかを学ぶ。

### 学生たちが社会に出て直面する 仕事の悩み、心の問題を取り上げる

かつて江戸城の外堀であつたことから名がついた「外濠公園」。その公園のすぐ脇に位置し、自然の緑が美しい法政大学・市ヶ谷キャンパス。キャンパス内の公園沿いに位置し、ガラス張りの外観が美しい外濠校舎の2Fに、学生たちの「キャリア形成」を力強くサポートする「キャリアセンター」がある。その近くの広々とした教室で行われたのが、宮城まり子先生の「キャリアカウンセリング」だ。

2003年に、日本で初めてのキャリアデザインを専攻する学部として誕生したキャリアデザイン学部は、来年で10周年を迎える。臨床心理士として活躍されてきた宮城先生は、「仕事で充実感



が得られない」とか、「上司と上手くいかない」といった仕事上の悩みに関する機会が多くなり、「働き方・生き方」や「人材育成」にまで踏み込んだ指導を行い、心の問題を未然に防ぎ、生涯を通じて人の成長を促す力を与えてきた。この講義では、先生の経験を生かして、「キャリアカウンセリング」とは何かを正しく理解し、どのような支援を行うか、アセスメントの方法、傾聴技法などについて理解し、実際にキャリアカウンセリングを身につけることを到達目標としている。この日は、人材育成やキャリア開発支援、キャリアカウンセリングの理論などについて講義が行われた。

### 大卒者の3割が3年以内に辞める理由は？ 大きな問題点をキャリアの視点で考える

本題に入る前に、まずパワーポイントによるデータをを用いて、世界における自殺率の推移や、日本における自殺者の年代別・男女別などの推移が解説された。提示されたデータでは、アメリカやイギリス、イタリアなどの欧米は横ばいだが、日本や韓国・ロシア・ハンガリーといった国々は増減が激しく、そして日本や韓国は近年においても増加する傾向にあることが分かった。宮城先生は「物の豊かさ、心の豊かさ」が一致していない。30〜40代の人々が自殺を選ぶケースが増えている」と日本が抱える問題点を指摘した。

現代社会における「心の健康」について、宮城先生はこう説明する。「心と身体の問題は表裏一体ですから、心に栄養を与え、どちらも良い状態を保つことが元気に過ごすために重要です。薬を飲むのは体の不調は改善されるかもしれませんが、薬で心は明るく前向きにはなりません。また、物事がうまくいかず、心の問題を抱えると身体を崩すことがあることは誰しも身近な問題として理解できるでしょう」

そして、大卒者のうち約3人に1人が仕事を3年以内に辞めてしまう。うち半分が1年以内で辞めてしまっている現状にも触れた。「ストレス、新しい動機づけがされていないことから発生する鬱病などの心の病が問題視されています。人間にとって、自発的に取り組むという内発的な動機づけこそが大切ですが、仕事における充実度が低いと、やらされているという外発的な動機で働くことになり、心の病に陥る原因のひとつにもなります」

現代社会における「心の健康」について、宮城先生はこう説明する。「心と身体の問題は表裏一体ですから、心に栄養を与え、どちらも良い状態を保つことが元気に過ごすために重要です。薬を飲むのは体の不調は改善されるかもしれませんが、薬で心は明るく前向きにはなりません。また、物事がうまくいかず、心の問題を抱えると身体を崩すことがあることは誰しも身近な問題として理解できるでしょう」

## VOICES 学生の声 of University Students



**落合 隆広さん(左)** キャリアデザイン学科4年  
「人」に興味があるので、カウンセリングやメンタルケアについて勉強したいと思って学んでいます。心理学や社会情勢を交えて解説してくれる講義で、非常にとっつきやすく、自習や予習も楽しいです。みんなが動きやすい、心身ともに健康でいられる社会をつくるためにしっかりと勉強したいと思っています。

**金井 芽依さん(右)** キャリアデザイン学科4年  
私は短大で保育学を学んでいたのですが、その先生の勧めで転入しました。宮城先生の講義は非常に面白いことでも有名ですが、価値のある講義を受けたと思えるようになりました。学んでいるうちに人との向き合い方、その人のためにどんな行動をするのがいいかが、少しずつわかるようになっていきました。



続いて、キャリアカウンセリングの理論について講義の内容が移った。産業革命以降のアメリカ（ポストン）で、フランク・パーソンズが行った職業指導運動（キャリアカウンセリングの一環）に着目。パーソンズは、何度も転職を繰り返す人々に注目し、技能の不足ではなく、場当たり的な職探し失敗の原因を作っていることを提唱。自己分析と職業分析を行つたうえで、個人の能力・特性と職業に求められるスキルをマッチングさせれば、個人の仕事における満足度は高くなるという理論を確立した。そのパーソンズの理論にもとづき、現在の日本でのような取り組みや指導が行われているか、そのためにどのような学習が必要なのか、また、卒業後の進路を考える時、どのような分野に興味関心があるのかについて考えることの重要性が話された。

キャリアカウンセリングを学ぶことで、自分という人間を理解し、その人生設計や人格形成に役立てることができ、さらに一歩進めば、どうすれば日本に「心と身体両面の健康」を保つ人が増えて、本当に豊かな国になるかを考えることにもつながり、社会への貢献にもつながる。それが、キャリアデザイン学部で学ぶ魅力の一つであろう。

アメリカで100年以上もの歴史を持つ  
キャリアカウンセリング

## 法政大学

資料の請求および  
お問い合わせ先

URL <http://www.hosei.ac.jp>  
〒102-8160 東京都千代田区富士見2-17-1 法政大学 入学センター  
TEL 03-3264-9300



みやぎ  
**宮城 まり子先生**  
神奈川県生まれ。慶應義塾大学文学部心理学科卒業。早稲田大学大学院心理学専攻修士課程を修了。産能大学、立正大学を経て2008年に本学に着任。主な著書に「キャリアカウンセリング」(駿河台出版社)「産業心理学」(培風館)、「成功をつかむための自己分析」(新河出版)など。

### 【沿革・歴史】

1880 (明治13) 年	法政大学の前身・東京法政社設立
1920 (大正9) 年	大学令により初めて私立大学の設置が認可され、財団法人法政大学となる。
1999 (平成11) 年	法学部、経済学部を設置
2000 (平成12) 年	国際文化学部・人間環境学部を設置
2003 (平成15) 年	創立120周年。現代福祉学部・情報科学部を設置 キャリアデザイン学部を設置。文学部に心理学科を設置
2005 (平成17) 年	経営学部に経営戦略学科・市場経営学科を設置 法学部に国際政治学科を設置
2007 (平成19) 年	経済学部に現代ビジネス学科を設置
2008 (平成20) 年	デザイン工学部を設置
2009 (平成21) 年	理工学部 生命科学部、GIS(グローバル教養学部)を設置
2010 (平成22) 年	スポーツ健康学部を設置
2011 (平成23) 年	創立130周年。現代福祉学部現代福祉学科を、福祉コミュニティ学科、臨床心理学科に改組 理工学部創生科学科を設置

### 【オープンキャンパス情報】

■市ヶ谷キャンパス(全15学部)  
8月 5日(日)  
8月19日(日)  
8月20日(月)  
時間はいずれも  
10:30~15:30

