

## 職場体験がきっかけになり気持ちに変化があらわれた事例

キーワード：

自己有用感

キャリア教育

この事例解説では、別室にいるYに対し、キャリア教育を進めていくことに焦点をあててまとめました。

### 実践の概要

Yは中学校1年の夏休み頃から、部活動における友人関係のトラブルから教室に入ることができなくなり、別室登校を続けている。

学校では進路学習の一環として、1年生は1日の職場訪問、2年生は3日間の職場体験を行っている。Yは今年の職場訪問には参加できなかった。

5月に行った進路調査では、Yは将来の希望する職業や進学したい高校について「わからない」と書いてきた。9月には職場体験があり、担任はどうかして職場体験に参加させたいという強い気持ちからYに働きかけた。

職場体験に参加できたYは、その後、音楽と技術・家庭科の授業に出ることができるようになった。

### 対応の概要

#### 1 進路相談を始める

進路調査をした時に、Yは将来の希望する職業や進学したい高校について「わからない」と書いてきた。担任は「わからない」と書いた理由について知りたいと思った。

じっくり話を聞いていると、Yは「無気力」とか「投げやり」な気持ちで書いたのではないことがわかってきた。今、別室にいるので勉強が遅れている。このままでは入れる高校はないし、例えば、高校を受けたとしても落ちるに決まっている。人が多い中になると、緊張して苦しくなるので学級にも入れないという話だった。かなり、落ち込んでいる状態だった。親も最近は何も言わなくなったとも言っていた。

全てにおいて行動を起こす前から、ネガティブな結果を予想して、不安になりどんどん自分に自信がもてなくなっている様子が伝わってきた。

#### 2 職場体験が近い

面談の中で、Yは別室にいる自分をだめな人間だと決めつけて、この先も希望がもてな

いでいることがわかった。

担任は、幸い職場体験が近いことから、この機会を通して自己理解を深め、進路への見通しが少しでももてるようになれば、自分自身や学校生活にポジティブになれる一因にできるかもしれないと考えた。

今回の職場体験で訪問する事業所について、どんな職種でどんな仕事内容なのかを1つずつ説明していった。

Yは、話を聞きながらどの仕事も少人数グループでの活動になることから、行ってみようかという気持ちになってきたようだった。そして、Yは訪問先リストから、最終的に知っている先生がいるという理由から自分が通っていた幼稚園を選んだ。

#### 3 職場体験に向けて取り組んだこと

いいところ探し

担任はYの自己肯定感を高めることをねらいとして、「ホットシート」や「リフレイミングシート」を使って「自分のいいところを探そう」と提案し、家庭にも協力を求め一緒に取り組んだ。

不安への対応

- ・朝、起きれるかどうか不安  
起きる時刻や起こし方を決めておく。
- ・1日中、頑張れるだろうか  
幼稚園で相談する先生を決めておく。  
家庭への連絡の仕方を確認しておく。
- ・幼児が泣きやまない時はどうしよう  
幼児への対応で困った時には、自分で判断しないで担任に助けを求める。
- ・幼児に無視されたらどうしよう  
挨拶のトレーニングをする。

挨拶は「自分は心を開いていますよ」というメッセージなので、明るい挨拶ができれば幼児との関係もうまくいくことを伝え一緒に行く生徒と共に練習をした。

意欲づけ

事前にエプロンの準備をしたり、絵本を読んだりして、モチベーションを高めるようにした。

#### 4 頼られる、感謝される体験

Yは2人ペアで3歳児のクラスの配属にな

り、絵本を読んであげたり、一緒にお絵かきをしたり、おやつのお世話や後片づけなどに取り組んだ。

その体験の中で「『お姉ちゃん先生！』って呼ばれ、手を握ってこられたり、こっちへ行こうと引っ張られたりすることがうれしく、ものすごく頼りにされてる感じがした」と語った。

また、毎日の後片づけも頑張り、幼稚園の先生に「Ｙさんがいると助かるわ」と感謝されたとも語った。

## 5 職場体験のまとめ

Ｙは3日間、無遅刻で職場体験に参加することができた。最終日、Ｙは「1日目から、ものすごく疲れて休みたと思ったけど、子どもと約束していたので頑張った」と疲れた表情で学校に来た。

職場体験終了後のアンケートに、「幼稚園の先生の仕事は1日中、休まず動いているのでとても大変だと思った。自分も小さい頃、いっぱい迷惑をかけてきたんだと思った」また、「園児に頼りにされてうれしかった」という感想が書かれていた。

自分が両親、幼稚園の先生などから大切に育てられたことを改めて実感でき、またこの職場体験で再び出会った幼稚園の先生に温かく迎えられ、Ｙの自己有用感が高まった貴重な機会となった。

### 実践のポイント

#### 1 丁寧に聞き取り、本心を引き出したこと

Ｙが進路調査に「わからない」と書いてきた理由を担当が丁寧に聞き取り、全てにおいてネガティブな気持ちになっているＹを理解しサポートしようとする姿勢が職場体験につながった。

#### 2 職場体験先を自己決定したこと

担任は進路相談の中で、職種や具体的な仕事内容について詳しく説明し、Ｙが職場を自分で選択できるよう支えた。

Ｙは職場リストから、知っている先生がいることが決め手となって幼稚園を選んだ。担任は、不安と闘いながらも自己決定したことをほめ、積極的に応援する姿勢をとった。

職場体験先が、直接自分の進路と結びつく場所とは限らない。キャリア教育は、勤労観・職業観を育てる教育である。働くことを通して、挨拶がしっかりできる、応答がしっかりできる、辛くても簡単に逃げ出さない自分をつくることも大事な視点である。

## 3 職場体験における不安への対処の仕方

### 具体的に考えたこと

不安や心配なことを書き出して、対処の仕方を具体的に考えていった。「挨拶」のトレーニングは、職場体験をしてみようという気持ちを高めていった。同時に、同じ職場に行く生徒と共に練習することで安心感ももつことができた。

また、不安への対応を事前に打ち合わせたことを通して、こんな時はこうすればいいということを実験で考えられるようになった。

## 4 自己理解を深めたこと

Ｙはこの職場体験で幼稚園の先生や幼児とのふれあいの中で自分を見つめ、自己理解を深めることができた。自分にもこういう時期（幼児期）があり、多くの人のお世話になりながら成長してきたということに気づき感謝の気持ちが湧いてきた。

幼稚園の先生の「Ｙちゃんはよく笑う、かわいい子だったよ」という言葉が温かくうれしい言葉としてＹの心に残ったようである。

また、幼稚園へ職場体験に行くために、母親と一緒に「どんなエプロンをしていこうかなあ」と探したり、考えたりする中で母親が幼児期のことを語ってくれたことも自分が大切に育てられたことに気づく要因になった。

### □ 自己有用感を育てることの大切さ

自己有用感とは、「自分がどれだけ大切な存在であるかということを実験自身で認識すること」です。自己有用感が育つことで、自分や相手を大切にし、人間関係が円滑になり、生きる力にもつながります。

### □ キャリア教育の視点から

キャリア教育とは「児童生徒一人一人のキャリア発達を支援し、それぞれにふさわしいキャリアを形成していくために必要な意欲態度や能力を育てる教育」です。

キャリア発達を促すために育成すべき能力として「人間関係形成能力」「情報活用能力」「将来設計能力」「意志決定能力」の4つを掲げています。

本実践は「人間関係形成能力」の育成という点でみていくと、幼稚園の先生や幼児とのふれあいの中で「肯定的自己理解」が深まったこと、互いに支え合いながら仕事をしたことで、他者のよさや感情を理解し「自分の存在価値を感じる」ことができたことが挙げられます。

この3日間の職場体験がＹの自信につながり、学校生活を前向きに考える一因になりました。