

「就職のための自己分析」と「コンピテンスを豊かにする自分史」との異同についての覚え書き

笹川, 孝一

(出版者 / Publisher)

法政大学資格課程

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

法政大学資格課程年報 / 法政大学資格課程年報

(巻 / Volume)

2

(開始ページ / Start Page)

17

(終了ページ / End Page)

21

(発行年 / Year)

2013-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00014087>

「就職のための自己分析」と「コンピテンスを豊かにする自分史」との異同についての覚え書き

キャリアデザイン学部教授 笹川孝一

1. 「就職のための自己分析」と「コンピテンスを豊かにする自分史」に関する反応

昨年の本誌創刊号に「コア・コンピテンスを豊かにする『自分史・生活史・自己形成史学習』とその方法」という報告を書いたところ、いくつかの反応があった。

(1) 外国から

1つは、外国からの反応である。アジアヨーロッパ会合（ASEM）の生涯学習部会のコーディネーターである、ソウル大学のハンスンヒ教授が、自分史を書く具体的なプロセスと心理過程に強い関心を示した。また、同じソウル大学のカンデジュン教授は、日本社会教育学会と韓国生涯教育学会との共催である「第4回日韓学術交流大会」における笹川の報告「平和教育としてのESD」の一部でのべた「人のサステイナビリティを支える自分史学習」という部分に関連して、「私のアメリカでの博士論文は“autobiography learning”で、それは近タイギリスの出版社から刊行されるが、日本のことについてもっと知りたいので、日本における自分史学習についての詳しい研究論文としてどんなものがあるのか、教えてほしい」というコメントをくれた。また、昨年10月に、アメリカのオクラホマ大学が主催する「International Adult and Continuing Education Hall of Fame」（国際成人・継続教育の殿堂）に私が推薦された時の推薦理由に、“「Jibunshi」についての長年の実践と研究実績”も挙げられていた。

(2) 社会人大学院生＝キャリアセンター職員や専門学校教員から

2つ目の反応は、法政大学大学院キャリアデザイン学専攻の社会人院生からのものである。

その1つは、「専門学校ではカリキュラムもタイトなのですぐ自分史を書く取り組みをするのは難しいように思うけど、この自分史の発想を踏まえて、教員が学生のインタビューをして、学生と話し合うことによって、自分自身のことを再認識して自信をもてるようになるかもしれないと思いました。それがすぐに就職につながるかどうかはわからないんですが、教育効果は上がるのではないかなと思います」、という専門学校教員である院生からのコメントである。

もう1つは、都内私立大学キャリアセンター職員からの、次のようなコメントである。

「少し前に、あちこちのキャリアセンターで『自己分析』が流行りのように行われて、私自身も学生にその指導をしましたが、途中から疑問を感じて、今はやめています。というのは、『自己分析』のシートを埋めても、学生の中からエネルギーのようなものがあまり引き出されないで、場合によってはかえって学生を型にはめてしまうこともある。それはたぶん、いわゆる『自己分析』をやっても、学生の中に自分のストーリーが描けるようにはならないからではないかと思う。キャリアセンターでは時間もあまりないし、対象の学生も多いし、プライバシーにはあまり立ち入ることはできないし、こういう自分史をこのまますることは難しいかもしれないけど、さっきIさんも言ったように、この自分史の発想や過程を生かして何か工夫することはできるかもしれない、と思います」。

(3) 現役学部学生から

3つ目の反応は、この資格課程で私が行っている「社会教育演習」の受講生からの次のような声である。「僕は、自分史を書くこの授業を、2年生で受けるか4年生で受けるかさんざん考えました。2年生で受ける場合には、大学に入って1年経って、これから本格的に学生生活をしようというときに、その目標を明確にするのに役立ちそうな気がしたからです。4年生で受ける場合には、それは、大学4年間でゼミやサークルの活動をしっかりやったその集大成として自分の物語を書きたかった、からです。そして迷った挙句、4年生で自分史を書いて、親のことも含めて小さい時からの振り返りと、次のステージへの心構えというか希望を整理することができました。よく就職のためには自己分析が大事だと言われるけれど、いわゆる『自己分析』は項目が多すぎるのと、書くことが表面的なことばかりで、自分の中に自分のテーマが生まれてこない、と思うんです。だから、僕は『自己分析』をやろうかとも思ったけど、やめました。それよりも、親のインタビューをしたり、いろいろ調べたり、みんなと意見交換をしたり、先生の個別面談があったりして、一年近くの時間をかけて自分史を書いて、親との関係も含

めて、『ああ自分ってこうやって生きてきたんだな』、ということがわかってとてもよかった。そして、これからゼミやサークルの後輩や職場の同僚たちの話を聞いてあげられるようになるんじゃないかと思う。それに、『自己分析』をしなくても就職内定出たし。』

私はこれまで不勉強にして、「自己分析」と言われているものの実際の姿を知らなかった。そして、何度なく、それは学生自身の自己把握にとって、大いに役立つものであり、学生の間での評判も良いものだと思っていた。しかし、先に述べたような反応があって、キャリアセンターなどで行われているという「自己分析」について、検討してみようと思った。それは、キャリアセンターにとってどうなのかということもあるが、この資格課程の授業内容として、経験的には学生たちの評判はとてもよかったが、これを「自己分析」と比較したことはなかった。

言うまでもなく、「社会教育演習」で「自分史」を書く際には、「自分史」実践史や理論史、その背後にある時代や社会、またリテラシーの性質や矛盾についても、講義とディスカッションを行う。同時に、学生たちの間で、とくに3年生・4年生にとって「就職」は「恋愛・結婚」「親子関係・家族」「遊び」「ボランティア・社会貢献」と並ぶ、大きな関心事の一つである。そこで、今後「自分史と就職」という文脈で学生との検討を深める一つの素材として、ここに、『就職のための自己分析』と『コンピテンスを豊かにする自分史』との異同についての覚え書き」を記しておきたい。

2. 「就職のための自己分析」の概要と特徴

ここでは、二つのケースについて、その概要を見てみたい。

(1) 青柳宏著『就職を決める！自己分析ワークシート』中経出版 2008 年、文庫版 2008 年

この本は、2005 年 11 月に初版が発行され、2006 年 10 月に第 2 刷が出ており、2008 年 10 月には文庫版が刊行されているので、よく売れているものの一つかと想像される。

著者は、「人生を充実させたいという願いをもつ人のカウンセリング、心理療法に従事」したのち、「パーソナリティセンター」の役員を経てお茶の水心理センターの所長等をへて、「コーディアルコミュニケーション」を主宰している、という説明がある。他の著書に『誰とでも楽に話せるようになる本』『成功を呼び込む 100 の法則』などがあるという。

「自分の気持ちを、うまく言葉にできていますか？」という前書きでは、「自分の気持ちを言葉にす」る「回路がうまく機能していない人」が、「うまく話せない人」を作っているのだが、その原因には、①自己認識がいまいなので何を話していいかわからない、②言葉を

出すまでに時間がかかり、話の波に乗れない、③話し相手の反応が気になって、話すこと自体に抵抗がある、と、述べられている。そして、この本のシートに書かれていることにスラスラと答えられるようになれば、「日常の会話でも、自信を持って話せるようになる」という。

本文は 8 つの章で構成されている。「第 1 章 自分史」「第 2 章 セルフ・イメージ」「第 3 章 日常・経験」「第 4 章 好み」「第 5 章 親密度」「第 6 章 関心」「第 7 章 意思表示」「第 8 章 感性・感覚」である。文庫版では、この 8 章に加えて、「第 9 章 面接」が加わっている。これらの 9 章に、95 の質問が貼り付けられており、それぞれが 1 ～ 13 の質問項目に更に分かれているので、質問の項目数は、393 項目に上る。

今回の「覚え書き」のテーマと直結する「第 1 章 自分史」は、「保育園、幼稚園から年号を含めた自分の歴史を学習することをおすすめします」「日本や世界の歴史を勉強することも大事ですが、自分の歴史も大切にしましょう」と位置付けられている。

そして「自分史」には、次の 11 の質問がある。「1. 生まれたのはいつですか？」「2. どこで生まれましたか？」「3. お住まいはどちらですか？」「4. 幼少時代はどんな子どもでしたか？」「5. 小学生の時はどんな生徒でしたか？」「6. 中学時代はどんな生徒でしたか？」「7. 高校時代はどんな生徒でしたか？」「8. 大学時代や専門学校時代は、どんなことをしていましたか？」「9. あなたの学歴を教えてください」「10. あなたの家族について教えてください」「11. 親から受け継いだものは何ですか？」

このなかには、「大きくなったら何になりたかったですか」（小学生）、「将来の夢はなんでしたか？」（中学時代）、「その高校は志望校でしたか？」（将来の夢はなんでしたか？）（高校時代）、「その学校は志望校でしたか？」（大学・専門学校時代）という進路についての項目がある。

また、「友達とケンカをしたことはありますか？」（小学生）、「学校でいじめはありましたか？」（中学時代）「どのような仲間がいましたか」「当時熱中していたことはなんでしたか？」（高校時代）「よい仲間に出会うことができましたか？」（大学・専門学校時代）という、人間関係についての項目もある。

さらに、「当時熱中していたことはなんでしたか？」（高校時代）「まじめに勉強はしましたか？」「サークル活動はしましたか？」（大学・専門学校時代）という自分の主体的な取り組みに関する項目もある。

そして、「あなたの家族にとって、大きな出来事がありましたか？」（小学生）、「反抗期はありましたか？」（中学時代）、「好きな人はいましたか？」（大学・専門学校時代）、「両親（の）…なれそめを聞いたことがありますか？」「最近 1 年間の家族のニュースを 3 つあげて

ください」「あなたの家族について教えてください」、「親の好きなところはありますか？」「親の嫌いなところはありますか？」「親から受け継いでいる DNA は何ですか？」（「親から受け継いだもの」）というように、家族や恋愛、親子関係についての項目も配置されている。

このように、「第1章 自分史」には、立ち入る気になれば相当踏み込める項目が並んでいる。しかし、適切な指導者がいない所で、踏み込み過ぎると、かえって難しくなる危険もある。それは、形式的に、「キャリアカウンセラー」という人が配置されていても、その人たちが自身が、切れば血が出るような感覚で、自らの「自分史」を書くことも含めて、指導者としての訓練を受けていないと、うまく指導できずに混乱に陥ったり、プライバシーに踏み込み過ぎるという批判を招くこともありうる。

これに対して、「第2章 セルフ・イメージ」は、あっさりしている。第2章には、12の質問がある。それは次のとおりである。「1. 名前についてお聞きします」「2. ニックネームはありますか？」「3. 自己紹介をしてください」「4. あなたの特技は何ですか？」「5. あなたのモットーは何ですか？」「6. あなたの性格について話してみてください」「7. あなたの長所と短所を教えてください」「8. 資格をもっていますか？」「9. 今の自分が好きですか？」「10. 運はよいほうですか？」「11. あなたの癖は何ですか？」「12. あなたを動物にたとえると何ですか？」、あっさりしすぎていて、物足りない印象を与えるかもしれない。

総じて、この本の長所は、自分を振り返るうえで必要な要素はかなり丁寧に配置されている。しかし、約400の設問があり、これを最後までやり抜くには相当の時間と忍耐が必要になると思われる。また、適切な指導者がいないと、方向づけや調べて充実させていく過程があいまいになって、表面をなでるだけのものになる危険性も感じられる。また、プライバシーとの関係での混乱の可能性もありうる。

ここには、「どこまでマニュアル化が必要なのか？また、可能なのか？」という問いが出されているともいえる。

（2）田口久人著『受かる！自己分析シート』日本実業出版社 2008年

この本は、2008年9月に初版が発行され、2010年6月に第9刷が出ているので、よく売れているものの一つかと想像される。著者は「新卒専門のキャリアコンサルタント」で、この本の他に、『受かる！面接力養成シート』『今度こそ「なりたい自分」になる夢ノート』も刊行しているという。

まず、「はじめに」において本書刊行の意図が次のように述べられている。著者は「自己PR コンテスト」

を主催し、多くの自己PRを添削してきたが、そのなかで、「自分の強み」を「エピソードで裏付け」することが大事だという指摘をすることが多くあった。そして、「その原因のほとんどは自己分析の不足にあります。自分の強みがわかっていないことがあまりに多いのです」という。そして、著者自身の就職活動で「自分なりのワークシートを作って、自己分析にひと工夫を加えてみ」たところ、『ほんとうにやりたいこと』『自分の強み』を見つけ出すことができ、心から入りたいと思える企業に内定することができた」という。就職活動後、「ネットを通じて…就職活動勉強会を開催」し、「独自のワークシート」を使って大きな成果が出て、多くの学生から感謝された。そこで、その「独自のワークシート」を公開するものとして、本書を刊行した。そして、『今までうれしかったことは？』『今まで悲しかったことは？』といった質問への回答や『自分史』の作成などをする必要はありません。たった25の質問に答えるだけで『本当の自分』が見えてきます」と強調されている。

これは、刊行年や内容上の関係性を見ると、青柳本への批判とも取れる。

本文は5章と付録から成る。「第1章 自己分析について」「第2章 自己分析シート」「第3章 他己分析シート」「第4章 企業研究について」「第5章 履歴書・エントリーシートについて」「付録 自己PR事例集」である。

第1章によれば、「自己分析」とは「まず自分について知る」こと、「自分について整理・理解する」ことである。その内容は、①「過去」における「熱中したこと」「好きな言葉」「好きなテレビ番組」の分析に基づく「価値観」と、②「現在」における「長所・短所」「大学生活（サークル・ゼミなど）」の分析に基づく「強み」と、③「仕事で実現したいこと」「死ぬまでにしたいこと」など「未来」に関わる「夢」から成る。そして、この自己分析が基礎になって、「自己分析」→「企業研究」→「エントリーシート」→「筆記試験」→「面接」→「内定」へと展開する。

では、具体的に、どのように「自己分析」を行うのか？本書によれば、「自分に質問すること」だが、「夢」について言えば、「自分がやってきたこと、楽しかったこと、人を喜ばせたこと」等を問うことを通して、三重の入れ子状態になっている「できること」「やりたいこと」「本当にやりたいこと」に、外側からアプローチする。それによって、「本当にやりたいこと」を取り出し、そこから「夢」が見えてくる。「強み」「価値観」についても同様で、「今までやってきたこと、思い出など自分のエピソードについて振り返らなければなりません」。つまり、「エピソード」を思い出し、その中から、「学んだこと」「考えたこと」「培ったこと」を振り返ることによって、「価値観」「強み」が見えてくる。しかも、

これは一回で済むというものではなく、「繰り返すことによって、自分にしかない経験、自分の強み、価値観が見えてくる」という。

第2章の「自己分析シート」では、「今まで好きだったもの、熱中したもの」「好きな言葉」「どうしてもやめられないこと」「尊敬する人」「親のようになりたいですか?」「ゼミ」「サークル」「短所」「強み」などの25の質問に対して記述式のワークシートに記入するようになっている。

第3章「他己分析」では、「通信簿の先生のコメント」「適職診断の結果」「ほめてもらったこと」「強み再確認シート」「これからのワタシート」の5つが設定されている。また、第4章「企業研究について」では「企業探シート」「企業研究シート」の2項目、第5章「履歴書・エントリーシートについて」では「自己PR ツリー」「志望動機ツリー」「面接シート」などの9項目が設定されている。

青柳本が膨大な数の設問を用意しているのに対して、本書の設問は、 $25+5+2+9=41$ なので、大幅に減っている。また、企業研究→自己PR→面接と、「受かる!」ことに焦点化している点にも特徴がある。

しかし、『自分史』の作成などをする必要はありません」と言っているが、事実上「自分史」の内容に踏み込むことを求めている。それは、「思い出など自分のエピソードについて振り返る」ことを「繰り返す」ことで、「自己分析」のポイントとなる「価値観」「強み」「夢」が見えてくると、強調していることによる。「思い出」というのは、その人の人生において意味づけられた過去の記憶である。だから、自分の人生を振り返らずに、「思い出」「自分のエピソードを振り返る」作業を繰り返すことはあり得ない。この田口本は、「自分史」を記述しないでもよいとは言っているが、ワークシート上の記述で、それに関連する要素の記述は求めているのである。それは、『今までうれしかったことは?』『今まで悲しかったことは?』といった質問への回答…をする必要はありません」ということについても同様である。

それにもかかわらず、あえて自分史や「うれしかったこと」「悲しかったこと」を無視してよいと言っているのは、なぜだろうか?よくはわからないが、青柳本に対して、田口本の方が簡単にできる、煩雑ではない、ということを強調したかったからなのかもしれない。

しかし、「自分史」を要らないとあえて言うことによって、この田口本では重要なものが脱落している。それは、自分が育った時代や場所に関する設問がないことである。また親についても、親の「良い点」「悪い点」についての記述を求めるだけであった、なぜそういう点が生まれたのかを、親の歴史に立ち入って理解するという指向性はない。これでは、分析された「自己」というものが、超時代的・超空間的で、実は具体的には把

握できないという結果にならないだろうか?

3. 「自己分析」と「自分史」の異同について

以上、「自己分析」についての2冊の本を概観したが、「自分史」との関係では次のように言えるかと思う。

- ① 2冊とも、「自分史」という項目は立てていたり、事実上それに踏み込む内容を扱うことになっていたりする。
- ② 「思い出」「自分のエピソード」「中学校時代」子どものころの「あそび」を始めとして、膨大な構成要素に目を向けさせたりもしているので、「自分史」を作る際に、その素材として役立つものも多い。
- ③ その際に、親も登場し、親から何を受け継いだかという問いがある場合もあり、世代間継承も意識されていないでもない。
- ④ しかし、親の「良い点」「悪い点」の原因や背景について、親の歴史の中身に立ち入って、検討するという視点は示されていない。
- ⑤ 親について、時代や地域等に目を向けないことは、自分自身についてもその時代や地域に目を向けることが弱いという結果になっている。田口本では全くそれらは出てこないし、青柳本では、「流行していた歌」「名所旧跡」「観光地」「特産品」等が出てくるものの、その背景を探究することは促されていない。
- ⑥ また、青柳本では、「いじめ」「挫折」等も登場するので、人生についてよりリアルに迫ろうという姿勢も見られる。しかし、その「挫折」の経緯やそこからの立ち直りの状況についての記憶を詳細によみがえらせることを、必ずしも促さずに、その意味付けを急ぐ傾向がある。
- ⑦ 両書とも、「自己分析」の作業は、一人で行うことが基本となっているようで、友達と積極的に意見交換するとか、共通点や違いを見出す作業をするということは、あまり想定されていないように見える。
- ⑧ ここでは、指導者の役割については、特に論及されていない。それぞれその著者が主宰するカウンセリングの場で指導を受けることが暗に示唆されているようでもある。
- ⑨ 総じて、これらの「自己分析」では、テーマ設定がされず、したがって、「自己」に関わるあれこれの事柄が話題とされてはいるが、これらを積み重ねても、「自己」が像を結ばないということになるのではないだろうか。そして、これが、「自己分析」をやっても自分が見えてこない」という所以かも知れない。言い換えれば、「分析」だけがあって「総合」がない。
- ⑩ これに対しては、あくまでも「分析」なので「総

合」等とは言っていないという反論があるかもしれない。しかし分析の役割は「総合のための分析」「総合を想定した分析」であって、学生たちも、自分がわかりたい、自分自身をわかったうえで、自分の方向付けを考えたい、その一環として就職も位置づけたい、と願っている。その意味では、「総合」の作業はどこか別の場で行われる作業だということを前提としての「分析」だということかもしれない。

- ⑪ だが、その場合でも、自分の生まれて生きた時代や場所、両親からの継承・断絶、両親の生きた時代や生きざま、生き方などについて、調べる、対話する、探求することがもっと促されないと、表面的に流れて終わりということになりかねない。その点は「繰り返し振り返る」ということに含まれているのかもしれないが、その過程をどう進められるかが、実際は大きな課題ではなからうか。
- ⑫ 以上のことを考えると、これらの「自己分析」は、キャリアセンターなど、プライバシーにあまり立ち入らない場所で、必ずしも自分の人生においてテーマを明確にはもっていない学生を対象として、「自己分析」を行う際の、導入部分で活用される教材ということになるのだろうか。そして、テーマ設定や総合、それに基づく多様な分析方法の工夫や活用、一定の信頼できる指導者や友人関係の中での共有などは、大学でのキャリアセンターと成果授業、とりわけゼミとの連携で進められることが期待されている、と理解することができるかもしれない。
- ⑬ こういう点で、資格課程の「社会教育演習」で行ってきた「自分史」の作業は、「この頃気になること」というテーマ設定から入り、メモを作り、グループで発表・質問・議論し合い、時代や社会、親たちの世代との関係を含めて、調べ、記述し、個別面談をするというサイクルを重ねて冊子を作るという点で、「自分に関する分析と総合」の重要な部分を構成する、と言えるかも知れない。
- ⑭ その際テーマ設定に着目して、「就職・職業に焦点を当てて」というテーマ設定をすれば、「就職のための自分史」になるし、「子育てが一段落した私の今後の進路」というテーマ設定をすれば、もっと広い世代にかんする「私のセカンドキャリアのための自分史」にもなりうる。
- ⑮ このような作業を行う上で、検討した2冊の本を参考にすることも、大いに役立つ。要はそれをも視野に入れながら、分析方法の工夫と、学生が求

めているものは、あくまで総合された自己像だということを忘れないことが重要だと考える。

4. 「コア・コンピテンスを豊かにするための自分史」と「就職のための自己分析」との対話

この作業は「覚え書き」以上のものではないが、幾人かのキャリアセンター職員や学生たちが言っていることが意味が自分なりに、理解できたようにも思う。これまで、「社会教育演習」で取り上げてきた「自分史」では、もちろん、進路選択・職業選択は大きな柱の1つであったし今後もあり続けるだろう。その際、実際の学生の進路選択・職業選択は、家族や恋人、趣味や好み、こだわりや美意識、前の世代からのバトンタッチ・親子関係、学校体験、時代や地域性の自覚など、人生にとっての他の要素との関連で考えられ、選択されチャレンジされることが多い。そしてそれが実際の学生の姿、人間の進路選択の在り方なのだろう。

そのことを前提とするときに、今後の作業として次の3点が考えられる。

1つは、もっと、「コア・コンピテンスを豊かにするための自分史」と「就職のための自己分析」との対話をすすめること。そのためには、キャリアセンターなどでの「自己分析」の実際についての調査・検討を視野に入れ、異同についての検討を進めることが大事であること。

2つは、「コア・コンピテンスを豊かにするための自分史・生活史・自己形成史学習」の研究、理論化作業を進めること。年代別、性別等の属性の違いを意識しながら、各年代での特徴と自分史としての共通点をより明確にすること。

3つには、東アジア成人教育フォーラム、アジア南太平洋成人教育協会、ASEM や全米成人教育学会など私がこれまでかかわって来た場において、それを世界に向かって発信し、対話を行う作業を進めることである。日本では、膨大な自分史の実践の積み上げがあるが、私自身の怠慢もあって、その理論化作業はあまり進んでこなかった。これは、千葉大学で長年取り組んでいる長沢成次さんなどとも連携しながら、日本社会教育学会等の学会における「社会教育研究の方法」プロジェクト等でも進めていきたい。また、法政大学内外の大学院生・研究者、学会でも検討していきたい。そのことが、学生たち、多くの市民たちのコア・コンピテンスを豊かにすることに役立つように、また、世界の中でその最先端を行っているという自覚を、学生たちが持てるように努めていきたいと考える。そして、それが、学生の就職活動にもよい影響を与えるだろう。