

# キャリアコンサルタントによる不登校支援と将来の選択に関するブリーフィング・ドキュメント

## エグゼクティブ・サマリー

本ドキュメントは、不登校支援コミュニティ「ハートスクール」による、キャリアコンサルタント・楯山大希氏へのインタビュー内容をまとめたものである。楯山氏は、不登校経験者やキャリアに悩む人々に対し、「答えを教えるのではなく、共に考える」絆走者としての支援を重視している。主なポイントは以下の通りである。

- 支援の基本姿勢：本人の興味・関心を起点とし、対等な立場でキャリアを構築するプロセスを支援する。
- 「やりたくないこと」からのアプローチ：やりたいことが見つからない場合、やりたくないことを明確にして選択肢を絞り込む手法が有効である。
- 社会資源の活用：サポートステーションや就労移行支援など、ハローワーク以外の多様な公的・福祉的支援制度の活用を推奨する。
- 自己肯定感の回復：過去の自分や子育てを責めることを止め、未来に向けたサポートを周囲に求めることの重要性を説いている。

## 1. キャリアコンサルタントの役割と基本スタンス

楯山氏は、キャリアコンサルタントの仕事を「教える立場」ではなく、相談者の隣に寄り添う「絆走者」として定義している。

- 共に考えるアプローチ：学校教育のように正解や解き方を教えるのではなく、相談者が自ら答えを導き出せるよう対話を通じてサポートする。
- 本人の意思の尊重：本人が何を求めているか、何に興味があるかを重視し、外部からの価値観や答えを押し付けない。
- 多様な相談背景への対応：自身の意思で相談に来るケースだけでなく、他者からの紹介や、働くことに否定的な感情を持つケースなど、多様な状況に対応する。

## 2. 自己理解とキャリア形成のプロセス

キャリアを選択する第一歩は「自己理解」であり、本人の興味・関心を深掘りすることから始まる。

- 興味の解像度を上げる：例えば「ゲームが好き」という言葉に対し、作るのが好きなのか、シナリオが好きなのか、プレイするのが好きなのかを明確にすることで、適した方向性を探る。
- 「ゼロ」からの出発はない：何もやりたいことがない、何も知らないという「ゼロスタート」に見えても、親や親戚、教師の姿、あるいは職場体験などを通じて、何らかのイメージや判断材料を既に持っている。
- 否定しない受容：「働きたくない」「楽に稼ぎたい(VTuberになりたい等)」といった意見も否定せず、まずはやってみることを促し、その結果から次のステップを共に考える。

## 3. 不登校・自信がない層への具体的なアプローチ

自己肯定感が低く、将来に対して不信感や不安を抱いている層に対しては、従来とは異なる視点での支援が必要となる。

### 3.1 「やりたくないこと」の言語化

「やりたいこと」が見つからない相談者に対し、あえて「やりたくないこと」を尋ねる手法が有効である。

- 転職したくない、外に出たくない、対人コミュニケーションを避けたいといった「拒否感」を明確にすることで、残った選択肢から現実的なキャリアを絞り込みやすくなる。

### 3.2 過去の経験の捉え直し

- 学校に戻ろうとして戻れなかった、自分を変えようとして変われなかったという「失敗経験」が、将来への希望を阻害している場合がある。
- こうした層に対し、過去の事実は変えられないが、これからのことはいくらでもやりようがあるという視点を提供する。

## 4. 社会復帰・就労を支える社会資源

就労への不安が強い場合、段階的なサポートを受けるための多様な選択肢が存在する。| 支援機関・制度 | 概要・対象 || ----- | ----- || 地域若者サポートステーション / ジョブカフェ | 若年層向けの就職支援機関。履歴書の書き方や面接への不安など、就職活動の基礎から丁寧に相談に乗る。|| 就労移行支援 | 福祉的なサービス。対人コミュニケーションが苦手な場合など、社会に出る前のトレーニングや練習を必要とする人向け。|| 職業訓練 | スキル習得を目的とした制度。Word/Excelの基礎からWebデザイン、動画編集など、再就職に向けた技能を学べる。|

## 5. 周囲の大人(親・教師)の役割と関わり方

子供のキャリア形成において、身近な大人である親や教師が与える影響は大きい。

- 親の言葉の受け止め方： 子供が親の期待や言葉をどう受け止めているかを確認することが重要である。親の言う通りにして失敗した結果、行き詰まっているケースも少なくない。
- 働く姿の提示： 完璧な姿を見せる必要はなく、仕事の面白さや難しさ、なぜその仕事を続けているのかといった「大人のリアルな姿」を見せることが、子供の社会に対する気づきに繋がる。
- デジタル・バーチャル空間の活用： 現実社会での接点を持ちにくい場合、YouTubeやVTuber、メタバースなどのバーチャルなコミュニティを通じて、多様な生き方や職業に触れる機会を作ることにも有効な選択肢である。

## 6. 結論とメッセージ

楯山氏は、不登校や将来の選択に悩む本人、およびその保護者に対し、以下のメッセージを強調している。

- 自責の念を捨てる： 過去に何ができなかったか、育て方がどうだったかと自分を責める段階を終わりにし、未来に目を向けるべきである。
- 孤立の回避： 自分一人で抱え込まず、全国にある相談場所やコミュニティ(ハートスクール等)を頼り、周囲の助けを借りて「みんなで考えていく」姿勢が重要である。
- 自己決定の重要性： 最終的に自分の人生をどう歩むかを自分で決めることが、その人の人生にとって最大のプラスとなる。キャリアコンサルタントはそのための支援を惜しまない。