様式 C-19

科学研究費補助金研究成果報告書

平成 22 年　5 月 28 日現在

研究種目：基盤研究(B)
研究期間：2007～2009
課題番号：１９３００２１０
研究課題名（和文）　体育学部生のキャリアプランニング教育―プログラムと教材の開発

研究課題名（英文）　Career planning education for majority of college student athletes - developing programs and teaching materials

研究代表者
三木　ひろみ（MIKI HIROMI）
筑波大学･大学院人間総合科学研究科･准教授
研究者番号：60292538

研究成果の概要（和文）：本研究は、体育系学部・学科に所属する大学生に対して、大学教育として行うキャリアプランニングのプログラムと教材を開発することを目的とした。2007 年度～2009 年度までの間に、5 種類のプログラムを開発し、実践し、これらのプログラムで使用し、個人、ペア、グループで行う教材やワークシートを開発した。受講生の活動成果・報告と職業未決定尺度(下山, 1986)によって、プログラムの効果を検証し、体育系学生のキャリア教育の課題を検討した。

研究成果の概要（英文）：We developed career planning programs and teaching materials for physical education and sport major students settled in their specialized education. Five different programs were designed and conducted for the 1st year and the 2nd year students. From the students' descriptions, reflections, and self-evaluation on Vocational Indecision Scales (Shimoyama, 1986), the effects of the programs were confirmed. Problems and challenges related to specialized education, PE major, and athletic career.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2007 年度	3,000,000	900,000	3,900,000
2008 年度	3,400,000	1,020,000	4,420,000
2009 年度	2,500,000	750,000	3,250,000
年度			
年度			
総　計	8,900,000	2,670,000	11,570,000

研究分野：総合領域
科研費の分科・細目：健康・スポーツ科学・身体教育学
キーワード：キャリア教育、就職支援、問題解決学習、スポーツ科学教育

１．研究開始当初の背景

(1)大学におけるキャリア教育

大学卒業後の就職率は改善されつつあったが、フリーターやニートが増加し、就職後の離職率が高くなっていた。そのため、単なる就職支援だけではない、キャリア教育の重要性が高まっていた。学部の性格によって卒業後のキャリアが方向づけられる傾向は薄れ、多様なニーズを持った学生のキャリア形成を支援する教育は、ますます難しくなっている。キャリアセンターの設置や改組、正課内外でのキャリア教育プログラム（例えば、

静岡大学のキャリア形成科目；中央大学のキャリア教育科目）といった取り組みが始まったばかりであった。

(2)アスリートのセカンドキャリア研究

トップアスリートのセカンドキャリアについては、社会学的・心理学的アプローチによって研究されており（例えば、吉田ら，1999；豊田・中込，2000）、オリンピック選手を指導者、選手養成に関わる関係者を対象にしたワークショップも進められ（JOCセカンドキャリアプロジェクト，2004，2005，2006）、個々の選手への支援から、さらに組織的な支援システムについても検討されていた（河野ら，2006）。しかしながら、体育系大学・学部においてセカンドキャリア支援が受けられるトップアスリートはごくわずかで、トップレベルではない学生競技者や体育学部生を対象としたキャリア教育プログラムはほとんど実践されていなかった。

(3)問題解決学習（総合演習）としてのキャリアプランニング

教員免許法の改正に伴って、生きる力の育成を目指す「総合的な学習の時間」の指導に関する単位「総合演習」２単位が必要となった。本研究者は、この授業のために様々な授業計画と教材を作成してきた。将来の職業に関する課題を受講者が自由に設定し、「目的－方法－結果－考察－結論」のつながりを一貫して意識させ、課題解決学習と発表に重きを置いた実践（平成 12,13 年度)、教育、環境、生命倫理、国際社会、公共性に関する課題について学習した後、クラス間でディベートを行った実践（平成 13,14 年度)、就きたいと思う職業が要求する能力や資質、就職試験の内容や採用の条件の調査と模擬面接を組み合わせた実践（平成 15,16 年度)、Pettipas ら(1997)のキャリアトラプランニングのプロセスを参照し、自分を知り、職業について知り、職業と自分を照らし合わせる活動を通じて将来の職業を選択する実践（平成 17 年度）を行った。これらの実践や教材の開発は教育の実践として行われ、ほとんどの教材やプログラムはその効果を検証するまでに至っていない。

２．研究の目的

これまでの教育実践を踏まえて、体育学部生の実態に即し、学生の競技・スポーツ経験と体育学部の専門性を活かし、生きる力（生涯に渡っての問題解決能力）の育成と学部での専門教育と卒業後の就職に寄与する、キャリアプランニング教育のプログラムと教材を試作し、その効果を検証する。また、開発した教育プログラムと教材の汎用性についても検討する。

３．研究の方法

体育学を専門とする体育専門学群生を対象とした、キャリアプランニングの過去の実践を検証し、これまでの課題を解決することを目指して、プログラムと教材・ワークシートを開発し、1 年次 3 学期と 2 年次 1 学期に実施した。プログラム前後に下山(1986)の職業未決定尺度による自己評価と行い、ワークシート等の自由記述を分析して、プログラムの効果を検討した。

2007 年度～2009 年度の 3 年間、12 月～2 月と 4 月～6 月に、各 10 回のプログラムを実施した。前回のプログラムの検討を踏まえて、プログラムを改善し、5 つの異なるプログラムを作成した。また、学会・国際会議での発表と他大学のキャリア教育及びキャリア支援に関する情報収集を通じて、プログラムの妥当性の評価を合わせて行った。

４．研究成果

(1)体育専攻生を対象としたキャリアプランニング教育の実践

体育専攻生を対象としたキャリアプランニング教育の過去の実践を検証した結果、スポーツでのキャリアで培った資質や力で生きていくという意味で、スポーツ以外の領域でもキャリアを継続していくと理解することが難しいこと、職業決定に対する不安が強いこと、将来の職業を教員と決めていること自体に安心して、実際にそのために必要な課題に目を向けようとしないこと、同様に、将来のキャリアのために必要な行動が起こせないことが問題であることが分かった（三木・三波，2007；三木・三波，2008)。

(2)様々な職業について知り、職業決定の一般的な過程を理解するプログラム

将来就きたい職業を絞り込むことを目的とせず、グループのメンバーと分担して様々な職業について調べることで、職業に対する視野を広げ、「自分を知る」「職業について知る」「職業と自分とを照らし合わせる」というプロセスを、自分の職業決定のためではなく、調査した職業に就くと仮定して、職業と自分を照らし合わせる職業決定までの一般的プロセスを知ることを目的とした。また、このプログラムでは、予め情報収集がしやすいように、ウェブ上の関連サイトや関連の書籍、就職情報支援システム等、様々な情報源を提示しておいた。プログラムと毎時間の授業と宿題で用いる授業ワークシートと宿題ワークシートを作成し、１年次生を対象に、9 時間単元で実施した。

オリエンテーションでは、キャリアトランジションについて説明し、スポーツ選手として身につけてきたライフスキルも含めたこれまでのキャリアは、大学卒業後の将来につながって行くことを強調した。職業未決定尺度を用いて今の状態を自己評価した。２時間

目には、職業未決定尺度の集計結果から、自分と同じ１年次生の状況を読み取り、自分だけでなく、就きたい職業が具体的に決まっておらず不安を感じている人が多いことを確認した。３時間目には、グループ内で分担して、異なる職業について調べた結果の発表と質疑応答を行った。４時間目には、前回の質問に答えるために行った調査結果を発表し、質疑応答を行った。仕事内容や就職後の生活など、様々な観点から調査結果を整理し、職業に関する知識をチェックした。

５時間目には、調べた職業と自分とを照らし合わせて、今の自分では解決が難しい問題を把握した。６時間目には、職業選択、就職の現状、就職後の生活のうち、どの段階に自分の課題があるのかを確認した。７時間目には、「自分を知る」「職業について知る」「職業と自分とを照らし合わせる」というプロセスのどの段階まで進み、どんな課題に突き当たっているかを確認した。８時間目には、問題解決のプロセスに沿って発表原稿を次のようにまとめた。すなわち、将来の職業についての課題（目的）、課題解決のために行った調査活動（方法）、調査結果、調べた結果、課題に関して分かったこと（考察）、課題はどこまで解決できたか、今後の課題は何か（結論）の順に、ワークシートの設問に答える形で記述した。９時間目には、発表を行った。

本プログラムのために、スポーツ選手として自分の現在過去未来を考える授業ワークシート（授業中に記入）、将来就きたい職業に就いている自分をイメージし、合っていると思う点と難点を考える宿題ワークシート等、14 種類のワークシートを作成した。

(3)体育専攻学生の進路希望

以下の結果は、上記のプログラムを受講する前に、１年次 12 月の時点で調査した結果である。企業の半数以上は、スポーツ関連企業であった。

表１　将来の職業として興味のある職業

職業	人数(%)
教員	113(52%)
トレーナー、栄養士、	18(8%)
スポーツ指導者	18(8%)
プロ選手	12(6%)
スポーツマネジメント	10(5%)
企業	26(12%)
研究職、大学院	8(4%)
その他	11(5%)

n=216

キャリアプランニングのプログラム終了時点での調査の結果、回答者 225 名のうち 74%が地元での就職を希望していた。また、地元就職希望者の 67%が、教員・公務員以外での地元就職に興味を持っていた。

また、多くがスポーツに関連している職業に就きたいと述べていたが、「スポーツ関係ができるのであれば中小企業でもかまわない」と回答した者と、「スポーツ関係の仕事ができなくても大手企業に就職したい」と回答した者は、それぞれ 64%であった。スポーツ関係の仕事への志向と大企業志向が、ともにあることが分かった。

(4)行動化を促す職業準備の模擬体験プログラム

２年次生を対象に、進路が決まったと仮定して、進路が決まったら始めなければならなくなる準備活動を模擬体験させることを目的とし、10 時間単元で実施した。

受講生は、教員・公務員、企業、トレーナーの３つの領域から、仮の進路として選択し、オリエンテーションの後、１ヶ月の間に、①教員・公務員を選んだ受講生は、2-4 人組で採用試験のための勉強会を実施、②企業を選んだ受講生は、企業説明会、就職説明会、OB 訪問のいずれかに参加、③トレーナーを選んだ受講生は、トレーナーとして仕事ができる職場訪問、トレーナー講習会参加、資格取得に関係する専門学校訪問のいずれかを行った。

１ヶ月後、通常のプログラムでは５時間目に当たる授業で、１ヶ月間の模擬就職活動の報告をまとめて発表した。

６時間目には、卒業生が書いた教員採用試験志願書の自己アピール文を比較して自分を伝える方法について考え、自己アピール文を作成した。７、８時間目には、作成した自己アピール文を基にして自己アピールを行い、質問に答えるための準備をして、模擬集団面接を行った。志願者役と面接役の両方を経験し、第一印象、視線、声の大きさ、姿勢、落ち着きの５項目で印象を、熱意、言葉遣い、説得力、表情、理解力の５項目でコミュニケーション能力を評価することによって、自分自身がどのように見られるかを知ることができた。

９時間目には、模擬グループディスカッションを行った。事前に「何のために働くのか」について自分の意見をまとめておくという宿題を出しておいた。グループディスカッションでは、志願者役は、同じテーマで 25 分話し合ってグループの意見をまとめ、面接官役は自分が評価する志願者を決め、発現回数を記録し、発言内容について、理解力、論理性、発想力、説得力の４項目各５満点で、参加態度については、積極性、協調性、運営力、コミュニケーションマナーの４項目各５満点で評価した。この活動を通じて、発言だけでなく、グループ内で他のメンバーとかかわっている様子が注目されることを理解することができた。

10 時間目には、事前に「社会人１年目の新人に問題解決能力を身につけさせるにはど

うしたらいいか」について考えをまとめる宿題を出しておき、「社会人１年目の新人の問題解決能力育成」をテーマとした模造紙を使った 10 分間のプレゼンテーションを行うために、20 分間グループワークを行った。プレゼンテーションは、互いに 10 点満点で評価し、コメントを付けた。この活動を通じて、制限時間内に活動することの難しさと工夫を理解することができた。

(5)職業選択と就職準備のための行動

様々な職業について知り、職業決定の一般的な過程を理解するプログラム終了後に、これからやらなければならないこととして多くの受講生が挙げていたことは、職業や企業ついて調べる(34%)、部活動や学生生活に打ち込む(31%)、自分を知る(24%)であった。

行動化を促すプログラム終了後は、希望する職場で働いている人からの情報収集(30%)、コミュニケーション能力・表現力を養う(26%)、採用試験や面接試験の対策(26%)となった。

(6)職業未決定状態

下山(1986)の職業未決定尺度(41 項目)を用いて、職業決定の一般的プロセスを理解するプログラムⅠの開始前後と、行動化を促すプログラムⅡ終了後の計 3 回調査を行った。

表 2　職業未決定型の割合の変化

タイプ	プログラムⅠ開始前	プログラムⅠ終了前	プログラムⅡ終了後
混乱型	9(7%)	18(14%)	6(5%)
未熟型	12(10%)	4(3%)	1(1%)
安直型	7(6%)	4(3%)	3(2%)
猶予型	4(3%)	1(1%)	0(0%)
模索型	70(56%)	75(60%)	81(65%)
決定	23(18%)	23(18%)	34(27%)

混乱型、未熟型、安直型、猶予型を合計した、職業決定の活動に躊躇している受講生の割合は、プログラムⅠ開始前（26%）から、プログラムⅡ終了時点（8%）にかけて有意に少なくなり、決定型の割合は増えていることが分かった（χ^2=15.4, p.<.05）。

役に立つ情報源を紹介して職業や企業に関する情報収集がしやすい状況を作っても、いつまでも情報収集を続け、行動に移せない状態であったが、模擬的に就職準備を行わせることで、将来の就職に対する情緒的混乱が緩和され、曖昧な見通しや非現実的な考えが改善された。一方で、就職活動につながる具体的な活動を行ったために、就職対策・試験対策の意識を強めてしまった可能性もある。

(7)経験を振り返り自分の持っている力や個性を見つけ伝えることを考えるプログラム

1 年次生を対象に、これまでの経験を振り返って、自分がどんな資質を持っているのかを把握し、それを将来の職業に同活かせるか、将来の仕事に活かせる資質をもっていることを人にどう伝えるかを考えることを目的として、10 時間単元のプログラムを計画し、実施した。

表　単元計画

回	概要
1	「キャリア」について学ぶ
2	職業未決定尺度の集計結果を解析する
3	先輩の職業調べのレポートを読む
4	さらに必要な情報について調べて発表する
5	仕事内容、現状、求められる資質、仕事についてからしたいことについての理解を確認する
6	求められている資質と自分が身につけてきた資質について考える
7	人を売り込む他己紹介を通じて、持っている資質を人に伝えるための方法について考える
8	自分がよく知っている専門種目について中学生に説明する模擬授業
9	
10	生きがいを感じられる仕事をみつけて働けるようにするために、これからしなければならないことについてグループディスカッション

６時間目には、仕事をする上で求められている資質を自分で定義し、過去の経験を振り返って、自分に望ましい資質が身に付いていることを確認した。こうした活動をグループで行った後、７時間目の授業では、自己 PR の代わりに、同じグループのメンバーを他己紹介し、そのメンバーが希望している職種にとって有能な人材として売り込む活動を行った。

また、８時間目に、自分のよく知っている専門種目についての基本的な知識を中学生に説明する体育理論の模擬授業を行い、説明したことを理解しているかどうかを確かめるテストを作成した。この活動を通じて、自分がよく知っていることを人に伝えることの難しさと伝える工夫について理解し、また保健体育教師の模擬経験の機会にもなった。

(8) 「やりたいこと」と仕事について考え、自分を社会にデビューさせるための企画書を作るプログラム

仕事をした経験もなく自分は何に向いているかよく分からないままで、職業を選んだり将来の進路に向けて準備を始めたりする気にはならないという状況のこの時期に、将来のことにどのように取り組んだらいいかを考えることを目的とし、10 時間単元で実施した。

オリエンテーションでは、山田ズーニー著『考えるシート』から抜粋した「自分を社会にデビューさせる企画書を作る」を読み、「最初にやりたい仕事をみつけなければ始まらないのか」「やりたい仕事だという確信がないのに『ここで働きたい。こんな仕事がしたい』ということは無意味なことか」「ないものをアウトプットすることは嘘をつくことか」「人に話すことにはどんな意味があるか」

を考えた。２時間目には、オリエンテーションで出された様々な意見を配布資料で紹介し、同じ授業を受けている受講生の意見についてさらに自分はどう思ったかを記述した。

３時間目には、山田ズーニー著『考えるシート』（pp77-87）のインタビューA と B から質問項目を抜粋し、2 人組で互いにインタビューを行った。インタビューA では、自分自身を現在過去未来の次元で捉え、将来のどんな社会を期待するか、その実現に自分はどうかかわっていきたいかを答えるものである。インタビューB は、自分を活動の場や人との関わりから捉え、どのような場でどんな人とどのように関わっているか、将来どんな社会を期待するか、どこでどんな人とどのように関わることで社会を良くしていけると思うかを答えるものである。

４時間目には、仮に自分の就きたい仕事を決め、①自分は今の社会の現状をどう見ているか、②就きたいと思っている職業が社会とどのように人や社会に貢献する仕事だと考えているか、③これまでの経験から、自分はこの仕事に活かせるどんな能力や資質を持っているか、④この仕事に就いたら、どのように仕事をして人や社会に貢献していきたいか、についてそれぞれ 200 字程度で書き、「自分を社会にデビューさせるための企画書」を作成した。

６時間目には、問いを立て、それに対する意見を述べて、その意見の根拠を示す小論文の書き方を学び、「仕事に行きづまった時に必要な力」について小論文を書いた。７時間目には、宿題として書いてきた「将来のために大学でどう学んだらいいか」についての小論文を、①このテーマについて考える時の自分なりの観点（問い）を設定しているか、②問いに対する意見と根拠が対で示されているか、③根拠は具体的な事実や実際の経験で示されているか、④その具体的な事実や経験は自分にとってどんな意味があるのか（考察）を述べているかという観点から自己評価し、グループ内で交換して他者評価した。

９時間目には、「自分の知らないことでも調べて、人に興味を持って伝える活動」を次のようにして行った。①「人に興味を持ってもらえるように伝える」という目的を持って、自分がよく知らない業界について調べ、説明文を書く。②各グループの名称を決め、メンバー各自の名刺を作る。③教室内で別のグループのメンバーと挨拶して名刺を交換し、互いに興味を持っている職業や働き方等について意見交換をする。④⑤相手について分かったことを基に、相手が興味を持ってくれるように、自分の調べてきた業界について説明する。⑥興味を持てる説明をしてくれた人の名刺に印をつけて投票する。

５時間目と８時間目には、面接官役と志願者役を交代して、模擬面接とグループディスカッション（「新入社員や新任教員が、やったことがないことや興味のもてそうにないことに取り組む気になれない原因を探り、取り組ませるための方法を考える」）を行った。10 時間目には、「将来のキャリアに向けて有意義な大学生活を提案する」プレゼンを行った。

自分の経験を振り返り自分の資質を伝えて人と関わり、自分の資質を活用して社会に貢献するための方法を考えることを通じて仕事について考えることを目的として、プログラムを作成・実施した。その結果、自分の資質を把握することや人に伝えることの重要性については理解できたが、社会に貢献するという意識をもって仕事を考えることと、したことがない仕事に自分の資質を活用する方法を考えるということが難しかった。自分の経験や自分のやりたいこと、興味関心を、広く多様な場や人々、経験していない未来の時間に広げていくことができない様子が伺えた。

(9) まとめ

体育学部生のためのキャリアプランニング教育のプログラムと教材を開発し、その効果を検証した結果、①職業に関する情報収集をずっと続けても、収集した情報を基にして職業選択や進路の意思決定をするプロセスには進みにくい。②自己分析をしても、自分の興味関心・やりがい（価値観）・能力という複数の異なる次元で自分と職業を照らし合わせることができず、「やりたいこと」「就きたい職業」だけに固執するか、やりたいこと決まらないことを理由に方向性を決めることもしない傾向がある。③模擬面接や集団討論、自己アピール文等、就職活動の準備に直結する活動には積極的に取り組み、他者から学び自分を客観視する機会となっている。④働くことや仕事と自分とのつながりを理解したり、職業選択や将来に向けての計画を立てることが難しい場合でも、自分の将来のキャリアに関して課題があることは分かる。また、キャリア教育の活動の中で、読む、書く、話す、聞く、発表する、質問する、答える、まとめる、時間や字数の制限を考慮する、分担する、協力する等、基本的なスキルや社会的スキルを使う機会を保証することができることが分かった。⑤他大学では、就職課や外部機関の力を借りて就職支援と同様のプログラムでキャリア教育を行っているところが多いが、より教育的なプログラムとして実施する方法を模索している。⑥学生にとっては、興味関心・やりがい（価値観）・能力という複数の異なる次元で自分と職業を照合することや、自分自身や自分のやりたいことを、他者や社会や仕事と結びつけることは難しいことが分かったが、就職活動の準備

に直結する活動を通じてこうしたことを可能にする教材をもっと開発する必要がある。

５．主な発表論文等
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計 25 件）
(1)三木ひろみ・三波千穂美：体育専攻大学生のキャリアプランニング教育−将来の進路に向けて行動化を促す総合演習の効果．体育科学系紀要(査読有)．33 巻，2010.47-58.
(2)長谷川悦示：大学模擬授業における教師の教授能力の発達−学生教師は何を身につけることができるか―．女子体育（査読無），51 巻 7 号,2009．38-43.
(3)三木ひろみ・三波千穂美：体育専攻大学生のキャリアプランニング教育−職業意識を高めるための授業「総合演習Ⅱ」の効果．体育科学系紀要(査読有)．31 巻,2008.109-129.
(4)三木ひろみ・三波千穂美：「総合的な学習の時間」のための教職科目−体育専攻生のキャリアプランニング教育として．筑波大学体育科学系紀要(査読有)，30 巻，2007．47-61.
(5)岡出美則：スポーツ科学の知見を授業にどう活かすのか．体育科教育（査読無）．55 巻 12 号,2007．16-19.

〔学会発表〕（計 12 件）
(1) 三木ひろみ・三波千穂美：体育学部生を対象としたキャリア教育の実践．日本スポーツ教育学会第 29 回大会．2009 年 11 月 8 日．長崎.
(2) 徳田直樹，石原敦美，越野洋一，三木ひろみ，三波千穂美，関和佳代：パネルディスカッション「基本能力」選抜から育成への転換～実務能力の獲得に必要な力の育て方～．テクニカルコミュニケーションシンポジウム，2009 年 10 月 9 日．京都.
(3) 三木ひろみ:体育学部生を対象とした「やりたいこと」と仕事について考えるキャリア教育の実践.日本体育学会第 60 回記念大会．2009 年 8 月 28 日．広島.
(4) 橘和徳・長谷川悦示・三木ひろみ・宮崎明世・岡出美則：教員養成段階における体育模擬授業の効果の検討．日本体育学会第 60 回記念大会．2009 年 8 月 28 日．広島.
(5) Miki,H, Sannami, C. & Hasegawa, E.: Career Education for students majoring health, physical education, and sport. AIESEP 2008 World Congress. 2008, Jan, 23rd.Sapporo, Japan.

６．研究組織
(1)研究代表者
三木　ひろみ（MIKI HIROMI）
筑波大学・大学院人間総合科学研究科・准教授
研究者番号：60292538

(2)研究分担者
岡出　美則（OKADE YOSHINORI）
筑波大学・大学院人間総合科学研究科・教授
研究者番号：60169125
(H20:連携研究者)
長谷川　悦示（HASEGAWA ETSUSHI）
筑波大学・大学院人間総合科学研究科・准教授
研究者番号：80272227
(H20:連携研究者)
中川　昭（NAKAGAWA AKIRA）
筑波大学・大学院人間総合科学研究科・教授
研究者番号：60172269
(H20:連携研究者)
三波　千穂美（SANNANI CHIHOMI）
筑波大学・大学院図書館情報メディア研究科・講師
研究者番号：40194328
(H20:連携研究者)
大庭　一郎（OHBA ICHIRO）
筑波大学・大学院図書館情報メディア研究科・講師
研究者番号：50282372
(H20:連携研究者)
永作　稔（NAGASAKU MINORU）
駿河台大学・心理学部・講師
研究者番号：20447246
(H20:連携研究者)