

女子学生のライフプランの現状と課題への提言

—キャリア教育における人生年表作成の試みより—

坂本 麗香

Contemporary Female College Students' Life Plans and Potential Policy Suggestions: From an Attempt at Making Life Plans in Career Education

Reika SAKAMOTO

1. はじめに

現代の日本の大学において、キャリア教育はその重要性をいっそう増している。2011年4月より、大学設置基準の改正により、大学および短期大学におけるキャリア教育が義務付けられた。教育課程として、すなわちキャリア支援センターなどによる就職対策講座ではなく、正規の授業カリキュラムの一環として位置付けられたのである。

本研究では、キャリア教育手法の一つである、人生年表の作成に着目する。著者の勤務する女子大学の四年制学部生が履修するキャリア関連科目で実施した課題「人生年表作成」の結果内容の分析に基づいて、女子学生の自身のライフプランに対する展望の特徴と問題点の提示およびそれへの提言をおこなうとともに、この手法の教育方法としての意義と発展について考察する。

2. 先行研究

(1) キャリアデザインと節目

キャリア教育において、人生を長期的にみる視点は必要不可欠である。人生とキャリアのありかたについて、もっとも浸透している考え方のひとつは、金井(2002)の提唱する、「自分のキャリアについては、節目だけはしっかり考える」というものである。この主張の骨子は以下のとおりである。

「自分自身のことであっても、何十年も先のことはわからないからそこまでの道筋はデザインできないし、キャリアの全貌をデザインしようとするとは過剰な計画や設計を目指して疲れてしまう。節目だけでもデザインして、不確実な中にも大きな方向感覚や夢を持ったうえで、あえて流されてみた方が、『思わぬ掘り出し物』(セレンディピティ)に出会えるかもしれない。だからこそ、数年に1回くらい自分に訪れる節目のときだけは、しっかりキャリアデザインすべきである。」

「節目」とは、一般には、進学、就職、結婚、出産、転職、親の死、などがあてはまる。現代の日本において、出産に適した年齢に限りがあるという事実、家事育児介護などの負担が女性側に重くかかりがちであるという実態、いったん家庭に入ってから再就職の難しさなどを考慮すると、女性の場合には、「節目」の時になって初めて考えるだけでなく、より前もって

長期的な視野で自分のキャリアを考えるとという姿勢が男性以上に必要だと考えられる。

(2) キャリア教育における人生展望に関する教育方法

学校現場におけるキャリア教育の中で、人生を長期的な視点で学生自身に考えさせることは積極的に取り入れられている。代表的なものは次の2つの方法である。

① 人生すごろくの作成

斎藤他(1999)は、従来の家庭科教育で前提とされていた「結婚や年齢に基づくライフステージ」とらわれず、自由な発想で主体的に多様なライフコースを考えることで長期の生活設計を考えさせることを目的として、高校生に対する人生すごろく作りの課題を提唱した。個人で「人生に影響を与えると思われる出来事」を書き出したうえで、4人1組ですごろくを作成している。すごろく作成を通じて長期的な生活設計について考えさせたいうえで、ライフイベントに対する経済計画や自己決定能力、職業観の育成などの授業と連動させることでより有効性が高まると論じている。永田(2008)は、斎藤らの考案した人生すごろくを女子短大生に作成させ、そのイベント項目の内容分類に基づき、女子短大生のライフコース展望の特徴を描いている。そこで、「起こるかもしれないイベントに対して自分が何をすべきなのかという点については認識が薄く、具体的には描かれていない。自身の生活設計について長期的な展望は持っていたとしても、自分の力で達成したい目標やその目標に向かって努力する姿は描かれていなかった」という課題を指摘している。人生すごろく作成は、人生経験の乏しい若者に人生で起こりうる多様な出来事を想像させる意義は大きく、グループワークに適しており、またゲーム的な楽しさを感じられるので、生活設計教育の導入としての位置づけが適切だろう。

② 人生年表の作成

自分の目標、そのための努力、自分の決断、といったことを意識させるためには、やはり独自の人生設計に目を向けさせることが有効だろう。大熊(1996)は、女子短大生に対して、「自分の人生に影響を及ぼすと思われる重要な出来事を挙げ、その出来事は何歳の時に起きたか／起きそうか、それらがどの程度の割合で起きるか(%で提示)、その出来事は自分にとってどの程度満足できるものか(+3[非常に満足]から-3[非常に不満]までの7段階尺度)を、0歳から書き込めるグラフに記入させる」という課題を与え、その結果を分析している。対象が短期大学の学生であったことや調査時期が1995年ということもあり、平均初婚年齢25.1歳、退職年齢も25.7歳と、結婚と同時に退職を選んだものが圧倒的である。そのため、家族を中心としたライフイベントが多数を占めており、仕事面におけるキャリア形成についての記述は少ない。

田和(2012)は、女子大学生に、キャリア関連の授業の最初に、自分が死ぬまでの人生プランを年齢とともに年表形式で書かせるという方法を取っている。グラフへの記入に比べて、より自由度が高くなるため学生の発想の余地が大きい。学生が作成した年表の内容についての具体的な分析はなされていない。年表形式による人生プラン設計は、キャリアカウンセリングでもかなり一般的な方法であり、書き込み式のワークブックなども書店で発売されている。ただし、将来については不確実な部分も大きいいため、年齢ではなくおおよその時期(20代・30代、5年後・10年後など)で区切って記述する形式のものも多い。実際にその通りにならないとしても、あえて年齢を具体的に想定して将来を考えることは、思考をより具現化させたり目標設定として実感させたりする効果が期待できるという点で大きな意義があると思われる。

岩崎・長谷川（2008）は、短期大学の授業内で学生を6～8人のグループに分け、「シンデレラストoryをつくろう」として、「仮想でありながらもありえそうな現実味を帯びた設定の同級生」をイメージし、彼女の人生の「卒業時、25歳、35歳」のそれぞれの時点での状況をグループ内で話し合いながら作成させるという方法を論じている。個人ではなくグループで作業を行うという点と、半期15回の中で継続的にプラン作成を継続していくという点で、個人作業でのレポート作成とは異なる教育効果が期待できる。ただし、個人が「自分自身の将来」として課題内容を考えようとする意欲はやはり弱くなるだろう。

3. 調査の実施

（1）本研究の着目点

既存研究にみられるように、学校教育現場において、学生に人生を長期的な視野で考えさせる方法が授業で展開されている。そのなかでも、人生年表は、学生による思考が当事者の言葉で表されたものとなる点でたいへん興味深いと同時に、他人事ではなく自分自身の問題として人生設計をまじめに考えるという点で期待される教育効果も高い。しかし、年表の記述内容そのものを対象とした研究はまだ緒に就いたばかりであり研究の蓄積も多くない。そこで本研究では、女子大学生のライフプランの展望にはどのような特徴があるか、さらにそこから浮かび上がるキャリア教育上の課題はどのようなものがあるかを明らかにするとともに、この人生年表という手法をキャリア教育の一環として実施することの意義およびこの方法による教育効果をより高めていくための方向性を考察することを研究課題とする。内容は、田和（2012）での人生年表作成に基づき、その教育効果を考察するため、感想や今後の抱負の記述も付加させた。

（2）実施方法

筆者が担当するキャリア関連の授業において期末レポートを実施し、その記述内容をもとに分析した。課題内容は以下のとおりである。

内容： ① 以下（表1）の例を参考に、「私の理想のライフプラン」を年齢ごとにできるだけ詳細に書く。おもいきり自由に、しかし頑張れば実現するかもしれない「理想」を書いてみましょう。

② ①を作成した感想や今後のキャリア形成への抱負を8～10行程度で書く。

体裁： ①と②をあわせてA4用紙で1枚以上

表紙は必要ありません。最上行に学部学科、学籍番号、名前を記入して下さい。

（3）調査対象

「キャリア入門」を履修する家政学部の2年生、および文学部の1年生が対象である。それぞれ、下級履修として、上位学年の学生も数名履修している。調査対象者の人数と各学科および専攻の概要は表2のとおりである。

（4）実施時期

課題は、2013年1月上旬に授業内で提示し、1月下旬の授業最終週に、大学内に設置されたレポートボックスにて回収した。

表1 私の理想のライフプラン例 (文学部心理福祉学科3年)

22歳	大学院進学。臨床心理士資格のため、専門知識を深め、実習経験をする。
24歳	臨床心理士の免許を取るための受験資格取得。
25歳	臨床心理士の資格を取る。 山口県に帰って学校のカウンセラーを週2回、他の日は病院の心療内科で働く。
27歳	7年付きあった歯科医と結婚。彼の出身地新潟県に住む。
28歳	双子の男の子を出産。1年間は育児に専念。
29歳	子どもを預けて仕事と家事を両立。
31歳	女の子を出産。
32歳	3人の子育てをしながら仕事に完全復帰する。
36歳	自分の年収300万円、夫の年収は1,000万円になっている。 1年に1回は家族旅行をする。 男の子2人がサッカーの小学校のクラブチームに入る。
46歳	男の子2人が高校のサッカーの全国大会に出場。家族で応援。
47歳	男の子2人が大学進学で家を離れる。
50歳	女の子が大学進学のため家を離れる。夫と新婚に戻ったような生活を送る。
53歳	子どもが次々と結婚し孫ができる。
60歳	夫婦で仕事をやめて、大学時代の友人とカフェを開くため京都に移り住む。 カフェにカウンセリングルームを作る。「相談できるカフェ」として有名になる。 夫と、海外移住を考えて英語とフィンランド語を勉強する。
70歳	カフェの仕事をやめて、アメリカの片田舎かフィンランドのヘルシンキに住む。 年に一度は子供や孫に会いに日本に帰ってくる。
90歳	日本に戻ってくる。子どもたちが卒寿をお祝いしてくれる。
100歳	夫が老衰でなくなり、後を追うように私も家族に見守られながら眠りにつく。

出所：田和 (2012) pp. 2

表2 調査対象者の概要

学部	学科	専攻	主要な専門分野	主要な進路	対象学年	回答者数
家政学部	食物栄養	生活環境	食物(管理栄養士)	病院、企業、福祉施設、学校	2年	38
	生活環境		衣、食、住	アパレル、建築、食関連	2年(3年4人含む)	45
	家政経済		家政、経済	一般企業、中学校、高等学校	2年(4年2人含む)	43
文学部	児童教育	児童教育学	児童教育	小学校、幼稚園、一般企業	1年(2年2人含む)	4
		幼児保育学	幼児教育	幼稚園、保育施設、一般企業	1年	7
	国際英語	英語	一般企業、中学校、高等学校	1年(4年3人含む)	8	
合計						145

4 調査結果

レポートの回収率は、必修の授業における課題だったため、欠席回数が多く履修不可となった学生を除き、100%であった。回収された課題内容の記述をもとに、仕事、結婚、出産・育児、その他の私生活、の4つの観点からみた彼女たちが描くライフプランの特徴は以下のとおりである。

(1) 仕事

表3は、最初の就業の継続期間である¹。0年以上5年未満が29.8%、5年以上10年未満が26.6%で、50%以上のものが、10年以内に最初の職を退職すると考えている。いっぽう、35年以上最初の就業を続けると考えているものも23.4%存在した。

表4は、最初の就業の退職の時期と2回目に就業する場合の就業のスタイルについてであ

表3 最初の就業の継続期間

	0年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 15年未満	15年以上 20年未満	20年以上 25年未満	25年以上 30年未満	30年以上 35年未満	35年以上
人数(n=124)	37	33	9	6	1	3	6	29
%	29.8%	26.6%	7.3%	4.8%	0.8%	2.4%	4.8%	23.4%

表4 最初の就業の退職時期と2回目の就業のスタイル

	定年まで就業 継続	結婚後退職	第1回出産後 に退職	第2回出産後 に退職	結婚・出産に 関係なく退職
人数(n=117)	35	7	32	15	28
%	29.9%	6.0%	27.4%	12.8%	23.9%
	定年まで就業 継続	専業主婦	パートで 再就職	正社員で 再就職	自身で開業
人数(n=100)	35	6	31	4	24
%	35.0%	6.0%	31.0%	4.0%	24.0%

表5 大学卒業後の就業回数

	0回	1回	2回	3回	4回
人数(n=144)	0	55	56	27	6
%	0.0%	38.2%	38.9%	18.8%	4.2%

る。結婚または出産を理由に退職するとしているものが46.2%と、半分近くに達している。1回目の就業の退職後、2回目の就業のときの就業スタイルは、パートまたは家業の手伝いが31.0%、自身で開業が24.0%であった。正社員は4.0%で少なく、退職後に正社員として再就職することの難しさを予想しているようである。

また、表5では、就業の回数を示している。2回目の就業で最後にせず、3回以上の就業を想定しているものも23.0%にのぼっている。2回目の就業はパートを選択し、3回目によりキャリアアップした形態を想定しているものも多かった。

(2) 結婚生活

結婚観については表6のとおりである。145人のうち、結婚を想定しないのは3人だけであった。想定する平均初婚年齢は26.1歳、相手との年齢差は3.2歳、交際期間は4.3年であった。初婚年齢は現実の日本人女性の平均初婚年齢の29.0歳²よりも3年ほど若い。結婚を想定する142人のうち、1人だけが数年以内に離婚としていたが、他は全員、死ぬまで婚姻関係を続けると考えていた。自分の死去年齢は87.0歳であり、現在の日本女性の平均寿命(86.41歳³)とほぼ同程度である。ただし、自分の死去年齢を100歳以上としていたものも多く、49歳から120歳まで、範囲は広い。配偶者の死後自分の死去までの年数は平均4.5年と考えており、配偶者との年齢差および男性の平均寿命(79.94歳⁴)を考慮すると、実際の可能性よりも短く想定してい

表6 結婚観

	初婚年齢	相手との年齢差	交際期間	自分の死去年齢	配偶者の死後 年数
平均値	26.1	3.2	4.3	87.0	4.5
標準偏差	2.2	1.6	1.9	12.0	11.1
人数	142	12	63	134	65

るようである。これは、課題の例として、「後を追うように自分も息を引き取る」と書かれていたものに影響されたことと、配偶者の死去後に自分が生きる期間をあまり長くしたくないという気持ちの表れであろう。

(3) 出産・育児

表7では、希望する子供の数と出産年齢を示している。子供の数は平均2.17人、出産年齢は、第1回27.4歳、第2回29.9歳、第3回31.8歳⁵となっている。想定結婚年齢が現実の日本人女性の平均初婚年齢よりも3歳近く下なため、想定出産年齢もそれに連動して現実の平均出産年齢(2009年で、第1子29.7歳、第2子31.7歳、第3子33.1歳⁶)よりそれぞれ2-3歳若く設定されていた。

表7 希望する出産年齢

	希望する子どもの数	第1回出産年齢	第2回出産年齢	第3回出産年齢
平均値	2.17	27.4	29.9	31.8
標準偏差	0.6	1.9	2.2	2
人数	141	139	130	22

表8では、長期の結婚生活を想定した回答者について、子どもの人数ごとの想定する性別を示している。2人が圧倒的に多く、70.9%であり、3人以上も23.4%にのぼる。子どもの性別を特定して分類すると、男1人女1人の組み合わせだけで61.2%にも達した。複数の子どもを期待しているもののうち、ほとんどが男女両方の性別を想定しており、3人以上の子どもで全員同性と想定したものはなかった。一般的に言われる「女兒選好」の傾向は、3人の子どもの場合にのみ(男1人女2人14.7%、男2人女1人6.9%)顕著に表れているが、それ以外の場合にはそれほど男女の差は見られない。また、双子を希望したものが複数いた。いっぽう、子どもを持たないという選択をしたものは1名だけであった。また、生涯独身で、または離婚を想定して子供を持つという選択をした者はなかった。

表8 希望する子供の数と性別

	0人		1人		2人			3人		4人
人数(n=141)	1		7		100			31		2
%	0.7%		5.0%		70.9%			22.0%		1.4%
	0人	男1人	女1人	男1人 女1人	男2人	女2人	男1人 女2人	男2人 女1人	男2人 女2人	
人数(n=116)	1	2	4	71	4	3	17	8	2	
%	4.3%	1.7%	3.4%	61.2%	3.4%	2.6%	14.7%	6.9%	1.7%	

(4) そのほかの私生活

そのほかの私生活では、子どもの部活や習い事、国内旅行、海外または国内への移住、海外旅行、趣味と実益を兼ねたお店を開く、などの記述が多かった。55~65歳ころに退職した後は、孫の世話をしながら時々夫婦で旅行、というパターンが圧倒的に多かったが、85歳まで働く、事務所を55歳で子供に譲って海外で社会起業家として事業を行う、70歳で自伝を出版する、など、老後もアクティブに活動する内容の記述も見られた。

5 考察：学生の考えるライフプランの課題

以上の結果から、女子学生が考えるライフプランに関して、いくつかの課題が浮き彫りになってくる。以下ではこれらを検討するとともに、それぞれに対して、キャリア関連の授業における対処を提案する。

(1) 簡単に仕事を手放す

日本では現在、第1子の妊娠を機に女性の6割が退職するといわれている。本調査でも、結婚または出産を理由として半数近くが退職すると想定していた。授業内で、正社員とパートとの待遇や生涯獲得所得の差などについても説明していたが、自分のこととして実感して理解するまでには至っていないのかもしれない。出産後2-3年という比較的短いブランクで再就職することを想定しているものも相当数あり、そんなにすぐに再就職するつもりなら退職しないという選択もあるのでは、と思わずにいられない。自分の母親のたどってきた人生を踏襲するような考え方がまだまだ根深いようである。たとえば、ある年齢時点における自分と配偶者それぞれの年収を書いていたものが8人いた。正社員を続ける、パートで再就職する、お店を開業するなど、自分の職歴については様々だったが、全員が配偶者の年収を自分より数百万円以上多く記述していたことから、彼女たちが伝統的な役割分担を念頭に考えていることが伺える。少子高齢化、リストラの増加、産業のグローバル化など、彼女たちが自分には関係が薄いと考えるよりマクロな社会構造や経済状況の変化と、平均年収の低下、未婚率と離婚率の上昇など、身近かつ切実に感じられるよりミクロな現象とを結び付けて理解させることで、自分たちがこれから生きていく社会の現実の姿と正面から向き合う自覚を持たせるのも一案だろう。

(2) 再就職や起業が容易だと思っている

このように彼女たちが結婚・出産で退職の道を選定している裏には、パートでの再就職や自分で開業することがそれほどの困難もなく可能だと考えている節がある。ずっと専業主婦であることを想定しているものは少数派である。本学の両学部では多くの学生が資格を取得するため、「資格を活かして再就職」という記述も目立った。実際には、資格があるからといっても再就職は容易ではない場合も多い。保育所は原則として求職段階では入所が難しいが、子どもの預け先が決まらなければ採用できないとする企業が多いため、堂々巡りになる。そのため、子どもを保育所に入れて働きたいと思いつながら実際には行動に移せない女性は相当多く、潜在的な待機児童は全国で数十万人⁷もいるといわれている。しかしながら、再就職や保育所探しに苦勞する、といった記述は皆無であった。学生にはこのような現状にもっと目を向けさせる必要があるだろう。

(3) 家事・育児に専念することを過度に美德とする

結婚や出産を機に退職すると考えているものたちは、家事育児と仕事との両立は時間的・体力的に難しそうだから、または子育てにじっくりと時間と手間をかけたいから、ということを経由とする。彼女たちは「育児（や家事）に専念する」という言葉をとてよく使っていた。ここで懸念されるのは、育児や家事に専念するということを肯定的にしか捉えていない様子が見てとれたことである。専業主婦となることでたしかに時間的には余裕ができるかもしれないが、母子密着型の育児により、疎外感や育児ストレスを感じる女性が多くなっていることが現代の社会問題となっている。学生にとって、子どもが小さいときに復職することで時間に追わ

れるというマイナス面はイメージしやすいが、じつはプラス面もたくさんある。保育所などの保育のプロに育児の一端を担ってもらい復職することで、母親の孤独感解消、職業人としての自尊心、経済的な余裕、父親が母親だけに育児を任せきりにしない協力体制、などが生まれやすい。専業主婦と兼業主婦のそれぞれの良い面悪い面を意識し気づかせることで、より現実的な選択ができるようになるかもしれない。

(4) 育児休業の取得について認識が甘い

1度目の育児休業の間に2回目の妊娠となり、連続で育児休業を4年から6年間取得してから職場復帰するといったような記述も散見された。育児休業の現在の法定基準は1年(場合により1年6か月)であるが、これを3年に拡大するという方向での検討も進みつつある⁸。しかしこれに対して、「3年も職場を離れると復帰しても戦力にならず、キャリア形成にむしろマイナスとなる」と否定的な意見も強い。実際に、すでに法定基準を超えて育児休業3年を認めている一部の大企業や公務員であっても、最大の3年を取らずに短縮して復帰する女性も多いのが現状である。さらに気になったのは、育児休業を取得してそのまま復職せずに退職する、または第1回の出産後は育児休業を取得するが第2回の出産前後に退職する、といった記述がいくつも見られたことである。職業生活と家庭生活との両立に寄与することを目指す育児休業本来の趣旨をくみ、当然の権利として利用するだけにならないような本質的な理解を促すことが必要であろう。

(5) マイナスなことをあまり考えない

困難を連想させる項目として、子供の反抗期を挙げるものはそれなりにあったが、不登校や親子の断絶などにつながるような深刻な記述を伴う事例はなかったため、軽度の状況を想定していると推測できる。収入減やリストラなどは皆無であった。マイホーム購入は多くの学生が想定するが、ローンに苦勞する記述はない。介護や同居に関しては、自分の子どもとの同居は18人が挙げていたが、自分の親や義両親との関係でこれに触れたものは2人だけであった。仕事に関する厳しい状況を具体的に想定したのも3人だけである。もちろん、「理想のライフプラン」を記述しているため、基本的にあまりマイナスなことは書かれていないのは当然といえば当然である。しかし、出産などで退職した後の再就職に苦勞する記述が皆無だったことや、60代以降の過ごし方の記述がかなり画一的だったことから推察されるように、総合的に人生への想像力の欠如が感じられる。彼女たちに対して、起こりうる問題を想像して対応策を考えることでリスクを減らせられることや、障害やアクシデントも自分を成長させる糧となることを伝えていくことが必要だろう。

6. キャリア教育の方法としての人生年表

ここでは、人生年表の作成という課題の、キャリア教育の方法論としての視点から、その意義と問題点の改善について考える。

(1) 意義

① 学生による気づきの多彩さ

多くの学生にとって、ここまで具体的に将来のことを考えたのは初めての経験であった。そのため、年表とともに書かれた感想では、きわめて多くの種類の学生による「気づき」が見ら

れた。それらを、学生自身による言葉とともに紹介する。

・自分の希望や夢

「こうやって表に書き出してみると、意外と自分にはいろんな夢や理想があるんだなとわかった。」

「プランを作成することで、自分が家族形態や生活内容など、何を求めているのか、あいまいにだがわかった気がした。」

・今やるべきこと

「表にしてみると、いつ資格を取らなければいけないのか、いつとれば間に合うのかが見えてきます。大学を卒業してから考えるのではなく、今20歳の私のすること、すべきことがわかってきたので、できることからやっていきたいです。課題を通してやるべきことがわかってきたのでよかったですと思いました。」

・自分にとっての優先順位や価値観

「管理栄養士になることが目標だが、ライフプランを見てみるとあまり仕事の場面が書かれていなかったの、私は仕事よりも家庭を優先したいのだと感じた。」

「このライフプランを書いてみることで、私はいつまでも保育に携わっていきたいことがわかった。」

・人生後半についての展望のなさ

「40歳くらいから自分の将来が全く想像できなくなりました。私は全く40歳くらいからのことを今まで考えてこなかったんだと気づきました。」

「今まで30代くらいまでしか考えてなかったけれど、40代からできる楽しみを見つけていきたいと思う。」

・人生は意外に短い

「出産や結婚について講義で話を聞き、遠い先の出来事だという印象が強かったのですが、こうやって順を追って表を考えていくと思った以上に近い将来のことで驚きました。」

「理想のライフプランを通して私が思ったことは、まだ早いまだ早いと、いろいろ先延ばしにしていくと意外と人生あっという間で、やりたいことや理想を実現させていくには気が早いくらいの先の目標や綿密な計画を立てることが大事、ということです。」

・人生は意外に長い

「思っていた以上に時間がたくさんあると感じた。いま、後悔していることがあっても、この先いつかはできるのではないかと思った。」

「27歳で子供を産み自立するまで55歳、約28年間はとても長く感じた。が、残りの40年間は自分たちの時間を過ごせるのだと分かり、表を見て、人生は短いようでとても長いのだと知りされた。」

・生きていくうえでかかる費用の大きさ

「子育てをしている間仕事をするかも悩んだ。結果、子どもが中学に上がったならパートで大学の費用を稼ぐことにしたが、稼ぎ切れるか不安だ。」

「このあたりでこれもしたい！でもお金のことを考えるとこちらを犠牲にしなければいけない、など、お金との兼ね合いなどを考えるとさらに余裕がないこともわかりました。」

・理想の子ども数にするための計画の重要性

「子どもを3人産むとなると何歳で結婚して、何歳で子供を産んで…と計画を立てないと難し

いことがわかりました。』

「子どもは3人欲しいと考えていたが、仕事や子育てを考えると、3人は大変であることが分かった。そして、家族旅行や子供たちの習い事など、生活費だけでなく娯楽費や養育費にかかるお金がとて多くなるため、できる限り自分も働いて余裕のある生活がしたいと感じた。」

・長期的な人生設計に基づいた仕事の選択

「土日休みのところと思っていたが10年くらいしか働かないならそれに拘らなくてもいいと気づき、会社の選択肢が増えた。」

「自分が出産をしていつ仕事に復帰するか、いつ仕事を辞めるかなど、自分と仕事について初めて考えました。就職する際は育児休暇がちゃんともらえるか、女性にとって働きやすい職場であるかなども視野に入れることも大事であると思いました。」

・不安

「理想を書いてみると、結婚をして子供を産むという誰もが考える幸せを望んでいますが、正直自分は結婚せずに仕事ばかりして最後まで実家で暮らしている光景しかイメージできません。将来のことは不安が少なく、自分の理想にすらはっきりと書けないあやふやな考えしか持っていないことを知ることができました。」

年齢を特定して死ぬまでの将来を考えるというのはほとんどの学生にとって初めての経験であったからこそ、多彩で深い気づきが生まれたのであろう。「数年後にやってみて、どんな風に違うか比べてみたい」という意見も数人からみられた。

②年表作成のプロセスで感じる楽しさ

授業の課題であるため批判的な感想は書かれにくく、そのぶん割り引いて考えなければならぬが、それでも、「初めてで面白かった」「難しいと思ったけどだんだん楽しくなってきた」という記述が数多く見られた。

「書き終えてみての感想は、まずとても面白かったということである。その理由は、今までだれかに口にするわけでもなくただ頭の中でぼんやり将来のことを考えるということはあるが、ここまで詳しく、自分の最期までも想像してみるの初めての経験だったからである。また、だんだん書いているうちに新たな自分も発見できたような気がした。」

「ほとんど妄想の世界だけけどほんとにこのとおりに行かないと思うけど、時には苦しいかもしれないけど乗り越えていきたいと思いながら作成しました。将来のことを考えるのがとても楽しかったです。」

「こうして自分の理想とするライフプランを考えて表にするとより一層わくわくもしたり、不安になったりもする。でも、この自分の理想とするライフプランが現実になるような生活を送っていきたい。これからの自分と向き合えた気がする。」

難しいと感じた理由は、第1に具体的に年齢を特定して記述するということが初めてだったから、第2に結婚や出産以降もしくは40代以降、自分の死去まではあまり考えたことがなかったから、といったことである。しかし学生が難しいと感じるのはそこに教育効果が内在しているはずで、「難しい」「疲れた」と書いた学生はたくさんいたが、「嫌だった」と書いた学生は一人もいなかったという結果には意義があるといえる。楽しさは、自分の将来への期待を自分

自身で体感できたからこそ生まれたのであろう。

③前向きな気持ちを生み出す

「実際にこのとおりになるのは難しいであろうが、実現するように頑張りたい」という趣旨の記述が多く見られた。ゆえに、この課題を課したことによって、金井（2002）が指摘するような、長期的なキャリアの設計やその実現にとらわれすぎてしまう危険性を、彼女たちに対して心配する必要はそれほどなさそうだと考えていいだろう。理想の年表を作成しても、現実それを全部かなえるのは難しいであろうことを多くの学生が予想してもいるのである。それでも、この作業を通して、実現に向けてよりいっそう前向きになったり、実際の行動に結びつけようとしたりする意志が見られた。

「これから自分がどうなるかわからないけど、こうやってライフプランを立てていくと、こうなるように今頑張らなきゃなって思うことができた。」

「普段だったら『かなえられるわけがない』とか『絶対に不可能』と思っていることを、文字にすることで、最初は恥ずかしさがありましたが書き出したライフプランが現実に行えるように努力しようと前向きな気持ちを持つことができました。これまでは『資格をたくさん取る』という漠然とした目標だけでしたが、この課題を進めると同時にインターネットで資格試験の内容や費用日程などを調べ、1つ受験の申し込みをするということだけではありますが前に進むことができました。」

（2）課題実施における注意点および改善のための提案

人生年表の作成という課題そのものには多くの利点があるものの、課題の実施と結果の考察を通じて、この方法に関するいくつかの問題点や留意点が浮かび上がった。それらを、その改善案とともに述べる。

①実施時期

3年生対象の就職ガイダンスなどでは、この課題のように老後を含めたり年齢ごとに細かく内容を記述したりすることは少ないものの、自己分析の一環として人生プランを作成することも多い。最近では1年次からキャリア関連のプログラムを系統だてて実施する大学も多いため、1年生でも同様の実習をおこなうところもあるだろう。どの学年でおこなっても一定の効果はあると思われるが、進学や就職に際しては、一般的に人間は自分の人生についておのずと真剣に向き合おうとするものである。入学して1年が過ぎて大学生活にも慣れ新しいことを始める余裕があり、しかし就職活動について準備が始まるには時間がある2年生が一番適切かと考えられる。将来と結び付けて、残りの学生時代の過ごし方を考える機会にもなる。20歳前後の人間にとって40代以降についての考えはそう頻繁に変わるものではないだろうし、大学在学中に何回も同じような内容の実習を実施すると、課題に対して真剣に取り組もうとする意欲が薄れてしまう。適切な時期と頻度を考慮する必要がある。

②記述例の具体性のレベル

本研究の課題では詳細な記述例を提示したため、学生の年表もかなり具体的であった。しかし、例示した内容に触発されたい同様の内容（子供が部活動で全国大会、資格や特技を活かしたお店をオープン、老後に海外へ移住後に帰国、夫が亡くなり後を追うように死去）が時

折見られた。ただしその場合でも、記載された項目のうちごく限定的な部分であり、記述例の全体的な模倣が目立つものは皆無だった。人生年表をあくまでも自力で作成しようという姿勢が伺えた。記述例はあった方がいいが、適度な具体性と模倣しにくい抽象性を検討する必要があるだろう。

③ワークシートとの併用

②とも関連するが、たとえば育児休業を取るか退職するか、時短勤務にするかフルタイム復帰するか、保育園に入れるか親に預けるか、老人ホームに入るかその他の方法かなど、思考や判断の助けになるような項目を含めたワークシートがあれば、考えるべき視点が多岐にわたることに気づき、それを選択する疑似体験もできるだろう。このようなワークシート記入を年表作成の手前の作業としたうえで、年表と併用することも一つの方法である。ただし年表での記入者の自由な発想や感性を妨げないこと、さらに内容が重複することで学生の負担感が増さないように十分な考慮が必要である。

④フィードバックの必要性

人生年表の作成過程でうまれた、もしかしたら人生で初めて実感したかもしれない、将来展望に対する学生の希望や熱意が、日常のやるべきことに追われているうちにいつのまにか冷めていくことは十分考えられる。年表を作成しライフプランを考えただけでは何も始まっていない。教員側から学生への断続的な問いかけの仕掛けが必要であろう。また、ごく少数ではあるが、年表作成を通してネガティブな感情表現(「本当にこんなことが実現できるのか怖くなりました」「将来に対して不安しかありません」)の感想を持つ学生もいる。このような学生は概して生真面目で謙虚である。なんらかのきっかけで自分に自信を持てれば、過度な不安感も和らぐであろう。これらを考えると、この課題は期末レポートなどとして実施して終わりとするのではなく、通年の授業の途中で実施して結果をもとにグループ発表やディスカッションをしたり、就職活動の個別支援での補助資料として活用するなど、フィードバックを伴うことでより効力が期待できるだろう。

6. むすびと今後の課題

本研究では、女子大学生を対象として、人生年表の作成という方法を通して、人生への展望の特徴およびその課題を明らかにするとともに、大学のキャリア教育における人生年表作成課題という教育手法のもつ意義およびその展開についての提言をおこなった。

今回の調査対象は2つの学部、5つの学科を対象としたが、それぞれの回収数がそれほど多くないので、学科ごとの特徴を見出すことには限界があった。今後は、より適切な課題設定をしたうえで、短期大学部生と4年制学部生との比較、男子学生との比較、また時系列的に今回の調査との変化がみられるかをぜひ検討したい。むすびとして、1年生の学生の感想を挙げておく。

「最初は『こんな早い時期に死ぬまでの人生を書くなんて無理だし、どうせ高望みしても結局理想の人生なんて叶わない』と思っていたのですが、実際にパソコンの前に座ってみて自分の未来を想像しながらキーボードを打ってみると、だんだん楽しくなってきました。93歳まで書いてみたら、少し無謀だったかなという内容にも『叶えてみたいな』と前向きな気持ちになっ

ていました。今この時期に理想のライフプランを立てることで、『こういう時を過ごせたらどれほど幸せなのだろう』と想像し、実現できるように今からやれること・努力することが見つけられました。私の理想のライフスタイルに欠かせないのは『恋（彼氏）・仕事・勉強』だと思うので、この3つをこれからの重要項目にして、人生を謳歌できるように自分で理想の道を開き開いていきたいと思います。』

近年では、初年次から最終学年まで連続してキャリア関連の教育プログラムが組まれている大学も多い。学生は、就活関連の情報収集技法や自己PR、面接マナーといった具体的・実践的な内容にばかり目を向けがちであるが、より長期的な視野で自身のキャリア形成を考えたことの意義を実感してくれることは、学生時代の自身の鍛錬、実際の就職活動、さらには生涯にわたるキャリア観の養成に確かに有効に結びつくであろう。

注

- ¹ ここでの回答者数は、就業年数を特定できるもののみとしたため、課題提出者数とは異なる。以下の表でも同様である。
- ² 厚生労働省「人口動向調査（2012年）」に基づく。
- ³ 厚生労働省「簡易生命表（2012年）」に基づく。
- ⁴ 同上。
- ⁵ 双子を希望する者がいるため、子どもの出生順位ではなく出産回数としている。
- ⁶ 厚生労働省「出生に関する統計（2010年）」に基づく。
- ⁷ 保育所入所申込み自体を諦めている潜在的な待機児童数は、50万人～80万人程度と言われているが、100万～数100万人以上と推計する専門家もいる。いっぽう、申込みをしても認可保育所に入所できていない待機児童数は2013年4月1日現在で2万2741人（厚生労働省発表）とされている。
- ⁸ 2013年4月に行われた阿部晋三首相による成長戦略にかんする会見にもとづく。

参考文献

- 岩崎敏之・長谷川文代（2008）『『キャリアセミナーⅠ』新規導入の報告—仮想設定によるキャリアデザイン体験演習—』『湘北紀要』第29号, pp.19-28.
- 永田晴子（2008）『『人生すごろく』における女子短大生のライフコース展望—学生の職業観・恋愛観・結婚観・家族観にみる生活設計教育の課題—』『國學院大學栃木短期大学紀要』第43巻, pp.53-66.
- 金井壽宏（2002）『働くひとのためのキャリア・デザイン』PHP研究所.
- 加澤恒雄（2006）『現代日本における大学教育のパラダイム転換の必要性に関する一考察—『大学教育の中核としてのキャリア教育』論—』『広島大学教育研究開発センター大学論集』第37集, pp.131-147.
- 日本女子大学現代女性キャリア研究所（2012）『女性とキャリアに関する研究報告書』.
- 大熊保彦（1996）『青年期女性のライフプラン—川村短期大学学生の場合—』『川村短期大学研究紀要』vol.16, pp.51-57.
- 岡村貴子・上野顕子・斎藤美穂子・牧野カツコ（1999）『生活設計教育における『人生すごろく』づくりの意義（第二報）—中・高校生のライフイベントに対する意識—』『日本家庭科教育学会誌』第42巻第3号, pp.9-15.
- 斎藤美穂子・岡村貴子・上野顕子・牧野カツコ（1999）『生活設計教育における『人生すごろく』づくりの意義（第一報）—中・高校生のライフイベントに対する意識—』『日本家庭科教育学会誌』第42巻第3号, pp.1-8.
- 杉浦礼子・安部耕作・高木直人（2012）『短期大学におけるキャリア教育の必要性（その3）』『高田短期大学紀要』第30号, pp.117-129.
- 社団法人国立大学協会教育・学生委員会（2005）『大学におけるキャリア教育のあり方—キャリア教育科目を中心に—』.
- 田和真希（2012）『女性のためのライフプランニング』大学教育出版.
- 田澤 実（2005）『ライフ・キャリア・パースペクティブと将来イメージの関連—女子大学生が展望する仕事・家族・余暇の重みづけ—』『進路指導研究』第23巻第2号, pp.19-25.

- 田澤 実 (2011)「大学におけるキャリア教育の課題—大学設置基準の改正に伴って—」『心理科学』第32巻第1号, pp.9-21.
- 上野顕子・岡村貴子・斎藤美穂子・牧野カツコ (2002)「生活設計教育における『人生すごろく』づくりの意義 (第三報) —生徒の職業観・恋愛観・結婚観・家族観の意識形成に関する有効—」『日本家庭科教育学会誌』第45巻第2号, pp.109-118.