

キャリアカウンセリングと心理学

学校法人 立命館 立命館大学キャリアセンター 専門職

堀江貴久子（ほりえ きくこ）

Profile—堀江貴久子

京都橘大学健康科学部卒業。三洋化成工業（株）・J:com みやびじょん勤務後、同志社大学・京都大学キャリアセンターを経て、2018年より現職に至る。認定心理士・国家資格キャリアコンサルタント。

認定心理士へのきっかけ

私が認定心理士を志したのは、働く人がより良く生きるために、心のメカニズムを少しでも理解したいという思いからでした。

新卒で化学メーカーでの営業・研究補助やメディア企業での秘書業務に就き、総じて感じたのは、社会人に求められるコミュニケーションスキルの多様化に苦しむ社員の存在です。日本でのポテンシャル採用は入社後、すぐに価値観や環境が異なる大海原に臨まなければなりません。正しい答えのない世界です。社内の研修はもちろん存在します。順応し邁進する方もたくさんいます。しかし、悩み・ストレスの原因となる場合や、気付かず体調不良になることも少なくありません。学生と社会人のコミュニケーション認知ギャップを軽減することは可能なのか？ そんな疑問を抱えていました。

学生にとって聴いてもらう場・確認する場

キャリアセンターでは就職活動の支援が主な仕事です。就職活動といっても昨今はITと就職サイトの充実により、採用する側も志望する学生も大変な労力が必要となります。自己PRと学生時代に力を入れたことを明確化する「自己分析」と学生の希望する働き方を探すための「業界・企業研究」を、セミナー・ガイダンス・インターンシップを通して行います。

自分探しができた学生もそうでない学生もエントリーシートを作成し、模擬面接やグループワークでブラッシュアップします。多くの学生は「目標は大学合格だったので、向いている企業がわかりません」「他の

人に比べて平凡な人間だからPRするものがないです」と不安を吐露します。謙遜しているわけではなく、自己効力感を自身で低く感じているのです。

認定心理士に必要なカリキュラムを含め様々な科目の中で、「発達心理学」は人間の生い立ちの過程で必要な心理や段階を学び、グレイゾーンと言われる学生への対応に心強い導きとなりました。キャリアの相談のついでに新聞を読みに来たり、本を返しに来た時、何の脈絡もない雑談の中にもキーワードを発信してくれる時があります。それを逃さず受けとめたいと思えるのは、この学びがあったからこそです。学生自身が感じる「平凡な人間」から「かけがえのない人間」に変わる時でもあります。

そして「コミュニティやコーチングの心理学」を応用し、迷宮入りしてしまった学生へ、傾聴→交流分析→人生脚本→自己理解→モ



前職の勤務先大学にて

チベーションUPもしくはレジリエンスのポイント探し→軸の確認へと発展してもらいます。深く顧みる学生もいれば、断念する学生もありますが、何年後でも良いから気づき、自分のものにしてほしいと願います。

特にバンデューラの「社会的学習理論」は私自身のキャリア自体にも深く影響を受けた理論で、モデリングは学生にとってOB・OGだと考えます。世代の離れたカウンセラーが幾度となく伝えることがあります。学生と社会人のコミュニケーション認知ギャップを埋めてくれる存在かもしれません。

学生支援を始めて20年近く経とうとしています。心のメカニズムに対する学びはまだ浅いものです。しかし、試行錯誤を繰り返して、学生への理解を深めるため日々研鑽していきたいと思っています。