キャリア教育の充実に向けた教育課程や指導方法の工夫改善についての研究

～キャリアノート活用による有効性についての検証～

高知県立窪川高等学校　教諭　井本　真理
高知県教育センター　指導主事　山本　圭子
高知県教育委員会事務局高等学校課　指導主事　山岡　晶

本研究の目的は、高等学校で取り組まれている生徒支援ノート（以下、キャリアノート）を活用することが生徒の「自己理解・自己管理能力」等に及ぼす効果を検証することと、さらに、その分析結果から、キャリアノートの効果的な活用方法について検討することである。

そこで、高知県内で取り組まれているキャリアノートの内容及び取組について調査分析し、これと並行してキャリア形成アンケートでの調査・分析することでキャリアノートの有効性を検証した。その結果、キャリアノートの活用が生徒の「自己理解・自己管理能力」の向上などに有効であることが明らかとなった。また、キャリアノート活用の効果をさらに高める要因として、キャリアノートを生徒と教員の相互のコミュニケーションツールとして活用することが重要であることが確認できた。キャリアノートの活用方法の現状や課題から、キャリアノートの効果的な活用方法の事例を作成した。

〈キーワード〉　キャリア教育、生徒支援ノート、キャリアノート、キャリア形成アンケート

1　研究目的

(1) キャリア教育が求められる背景

今日、情報化、グローバル化、少子高齢化などが進み、子どもたちが育つ環境も目まぐるしく変化している。世界情勢に大きく影響される産業構造や経済状況により雇用形態が多様化する社会で、将来に対する不安を抱き、自分の生き方を見つけられない若者も少なくない。

文部科学省の「高等学校キャリア教育の手引き」(2012) にも示されているように、「多くの人は人生の中で職業人として長い時間を過ごすこととなり、職業や働くことについて、どのような考えを持つのかに関することや日常の生活の中でそれぞれの役割を果たしつつ、どのような職業に就き、どのような職業生活を送るのかに関することは、人がいかに生きるのか、どのような人生を送るのかということと深く関わっている。」。高校生期は現実的探索・試行と社会的移行準備の時期であり、「自己理解の深化と自己受容」「選択基準としての勤労観、職業観の確立」「将来設計の立案と社会的移行の準備」「進路の現実吟味と試行的参加」が特に重要な課題とされている。現在、高等学校等の後期中等教育機関に進学する者は約 98%となっており、高等学校卒業と同時に職業人として社会に出る者も少なくないため、高等学校等でのキャリア教育が重要である。2012 年の PISA 調査によると、現在の学びから知的な醍醐味を得たり、将来のために教科の学習に取り組もうとしたりする日本の高校生の割合は、低い現状がある。文部科学省「平成 26 年度学校基本調査」によると、高校生の 72.6%が普通科に在籍しているが、「今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について」には、高等学校普通科でのキャリア教育の浸透が最重要課題の一つとして位置付けられている。

(2) 本県のキャリア教育の現状と課題

高知県では、「学力向上」「基本的生活習慣の確立」「社会性の育成」をキャリア教育の３本柱として取り組んでいるが、高知県教育委員会「教育振興基本計画　重点プラン」(2014)に「ほとんどの学校が従前の進路学習との違いが明確にできていない」ことが課題として挙げられている。本県の高等学校の大きな課題に、高等学校の中途退学率では平成 24、25 年と全国ワーストであることや、全国平均を上回る高卒の早期離職率等がある。また、高等学校新卒者を採用する企業の採用担当者からは、

「自己理解・自己管理能力」「継続する力」「コミュニケーション力」の不足などが早期離職の要因として挙げられる。現在、高等学校で行われている高等学校卒業直後の就職先・進学先の決定に焦点を当てた進路指導ではなく、「社会的・職業的自立」を目的とした「基礎的・汎用的能力」をキャリア教育を通して、生徒たちに身につけさせることが重要である。

(3) 研究課題設定の理由

「高等学校のキャリア教育の手引き」（文部科学省 2012）によると、「『自己理解・自己管理能力』とは、自分が『できること』『意義を感じること』『したいこと』について、社会との相互関係を保ちつつ、今後の自分自身の可能性を含めた肯定的な理解に基づき主体的に行動すると同時に、自らの思考や感情を律し、かつ、今後の成長のために進んで学ぼうとする力」である。高校卒業直後だけをとりつくろう進路指導ではなく、生徒たちの「社会的・職業的自立」をめざすためには、この「基礎的・汎用的能力」を育てることが重要である。

高知県教育委員会はキャリア教育の３本柱の一つである「社会性の育成」に関する事業を拡充させ、平成 27 年度は県内 14 校で「生徒支援ノート」（以下、キャリアノート）の取組を開始した。そこで、本研究では、キャリアノートの内容や活用方法等について調査、分析し、キャリアノートの取組が生徒の「自己理解・自己管理能力」の向上などに有効であるかを検証し、キャリアノートの事例及びキャリアノート活用方法の事例を作成することにした。今後の高等学校におけるキャリア教育の推進の糸口になるのではないかと考える。

２　研究仮説

キャリアノートを活用することは「自己理解・自己管理能力」の向上などに有効である。

本研究では、この仮説を検証するために、以下のことを実施する。

・キャリアノートの内容及び取組についての調査・分析
・キャリア形成アンケートでの調査・分析によるキャリアノートの有効性の検証
・キャリアノートの効果的な活用方法の検証

３　研究方法

(1) キャリアノートの内容及び取組についての調査・分析

ア　キャリアノート取組指定校 14 校のキャリアノートの内容についての調査・分析

イ　高知県内外のキャリアノートの取組についての聞き取り調査実施

【対象】キャリアノート取組校の教員

【実施時期】１回目　７月下旬　　２回目　11 月上旬～12 月上旬

(2) キャリア形成アンケートでの調査・分析によるキャリアノートの有効性の検証

ア　キャリア形成アンケート作成

イ　キャリア形成アンケートの項目の妥当性の検討

ウ　キャリア形成アンケート調査対象者及び実施時期

【対象】高知県内のキャリアノート取組を実施している公立高等学校２校 普通科１年生 107 名
調査対象校２校については、平成 27 年度に「自己理解・自己管理能力」の伸長を目指したキャリアノート取組を実施していること、地域及び学校の特色を考慮し抽出した。

【実施時期】第１次調査　平成 27 年７月上旬　　第２次調査　平成 27 年 10 月中旬～下旬

エ　キャリアノート取組校と未実施校の比較

【対象】高知県内のキャリアノート取組を実施していない公立高等学校２校 普通科１年生 65 名
キャリアノート取組未実施校であること、調査対象校２校と同規模であること、地域及び学校の特色を考慮し抽出した。

【実施時期】第１次調査　平成 26 年６月下旬～７月上旬　　第２次調査　平成 26 年 10 月下旬

～11 月上旬

(3) キャリアノートの効果的な活用方法の検証

キャリアノート取組未実施校で一定期間取組を実施し、対象学年団教員及び生徒への聞き取り調査結果から、キャリアノート活用方法の事例作成につなげる。

ア　キャリアノート取組実施の対象者及び実施時期

【対象】A校：高知県内公立高等学校 普通科１・２年生　計 69 名

【実施期間】平成 27 年９月１日～10 月 23 日

イ　教員対象の聞き取り調査実施時期及び実施回数

【実施時期・回数】９月～11 月上旬　計３回

ウ　生徒を対象とした聞き取り調査実施時期

【実施時期】11 月上旬

4　結果と考察

本研究における統計的分析には、IBM SPSS Statistics 21.0 及び IBM SPSS AMOS 21.0 を用いた。

(1) キャリアノートの内容及び取組についての調査・分析

ア　キャリアノート取組指定校 14 校のキャリアノートの内容について調査・分析

本年度、高知県内 14 校で取り組んでいるキャリアノートを調査し、内容について分類し、キャリアノートの内容や様式等について分析した（表１）。14 校中 10 校が学校独自に作成したキャリアノートを使用していた。他４校では市販のスケジュール帳を使用していた。学校独自のキャリアノートには、キャリアノートを使用する目的による工夫点や「生徒の実態」に沿った様式や項目が設けられていた。14 校中、約半数の学校が「自己管理」や「時間の管理」を目的としたスケジュール帳形式のノートを使っており、学校の年間行事だけでなく、資格や検定試験の実施日等が記されたノートなども見られ、生徒が検定試験等に向けての学習計画を立てる上で有効なノートになっていた。他にも、基礎学力の定着を目的とした放課後の学習用教材として取り組むためのノートや、家庭学習の習慣化を図ることを目的としたノート等があった。

表１　キャリアノート取組指定校 14 校のキャリアノートについての調査結果

学校番号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
学校独自	○	○	○	○	○	○	○	○	○	－	－	－	－	○
学校の教育理念	－	－	○	○	－	－	－	○	○	－	－	－	－	－
校則・制服等のマナー	－	○	－	○	－	－	－	○	○	－	－	－	－	－
教務に関する事項（単位・忌引き）	－	○	－	－	－	－	－	○卒業に向けて	－	－	－	－	－	○
学習について	－	○勉強方法	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	○
目標（夢・年間）	○年間・学期	○ログシート	○年間・学期	－	○年間・学期	－	○年間・学期	－	○	○年間	○年間	－	－	－
目標（月・週間）	－	○週	－	－	○月	－	○月・週	○	○	－	－	－	－	○
行事予定	○	○	○	－	－	－	○	○	－	－	－	－	－	○
校時表	○	○	－	○	－	－	－	○	－	○	○	－	－	○
時間割（教室・担当教員名）	○	－	○	○	○	－	○	○	－	○	○	－	－	－
使い方・記入例	－	○	○	－	○	○	－	○気づきメモ	－	○ 月・週	○ 月・週	－	－	－
スケジュール管理	○月間	－	－	－	○ 月・週	－	○ 月・週	－	－	○ 週	○ 週	－	○ 週	－
ふり返り	○ 週	○ 週	○毎日	－	○ 週	○コメント	○メモ	－	－	○	○	－	－	－
ふり返り（定期試験ごと）	○	－	○	－	○	－	－	－	○	○	○	－	－	－
ふり返り（学期・年間）	－	○ログシート	○	－	○	－	－	－	○	○	○	－	－	－
家庭学習時間記録	－	○時間のみ	○時間のみ	－	○時間のみ	－	○時間のみ	－	－	○科目・時間	○時間のみ	○時間・教科	－	－
定期試験に向けた取組計画	○	－	○	－	○	－	－	－	－	－	○	－	－	－
講演会のメモ	○	－	－	○	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－
面談メモ	○	－	－	－	○	－	－	－	－	－	○	－	－	－
学習成績の記録	○	○年間成績	○	－	○ふり返り	－	○欠課等含む	－	○資格取得記録	○ふり返り	○ふり返り	－	－	－

なお、「ログシート」とは、将来や高校生活の目標などを記録したり、自身の行動を記録したりするシートをいう。

イ　高知県内外のキャリアノートの取組について聞き取り調査

キャリアノートの効用と課題について、高知県内外のキャリアノート取組校から聞き取り調査を実施した（表２）。キャリアノート取組校では、キャリアノートを教員が定期的に点検し、コメント

を記入する等して、教員と生徒が相互のコミュニケーションツールとして活用していた。キャリアノートの効用について、教員からは「忘れ物が減った」「生徒自身が『隙間時間』に気づき、時間の使い方を工夫するようになった」等があった。また、教員がキャリアノートを点検することで「家庭学習についての指導に活かせた」「キャリアノートを介して、個々の生徒の目標や校外での時間の過ごし方等について把握できたことで、より具体的な助言や声掛けにつながった」等の意見が聞かれた。また、「学力向上」に欠かせない、家庭学習の定着との関係についても、「家庭学習時間ゼロの生徒が徐々に減ってきた」「家庭学習時間の増加が見られた」といった感想も多かったことから、キャリアノートの活用が生徒の肯定的な変容につながったと教員が実感していることが分かった。一方、課題として挙げられたのは「教員間での共通理解が難しい」「担任によって指導に差がある」といった指導体制に関する内容が多かった。

表２　高知県内外のキャリアノート取組校からの聞き取り調査結果

キャリアノートの効用	課題
・ 忘れ物が減った ・ 生徒自身が「隙間時間」に気づき、時間の使い方を工夫するようになった ・ 家庭学習時間や内容が把握でき、指導に活かせた ・ 生徒が教員からのコメントを楽しみにしている ・ 部活動の予定や記録、課題について日々記入している ・ 生徒の放課後や休日の過ごし方が把握できる ・ 個々の生徒に応じた声掛けや助言ができるようになった ・ 生徒からの意見を次年度の手帳作成に活かしている ・ 関係性は検証していないが、取組の良い生徒の成績順位があがった例がある	・ 教員間での共通理解や周知徹底を図ることが難しい ・ 担任によって指導に差がある ・ キャリアノートの必要性を感じていない教員がいる ・ 点検する担任の負担が大きい ・ 生徒は点検しないと記入しない ・ 記入させる時間を確保することが必要である

ウ　考察

県内外の高等学校で様々なキャリアノートが活用されており、多くの生徒が取り組んでいる。学校によってキャリアノート取組の目的が異なるため、使用するキャリアノートも多様である。キャリアノート取組を充実させるには、取組の目的や生徒の実態に即したキャリアノートの選定及び作成が重要であると考える。

キャリアノートの効用について、肯定的な意見が多く挙げられたことから、教員がキャリアノートを活用することの利点を感じていたと推察する。しかしながら、課題として挙げられたのは指導にあたる体制であった。取組の目的を理解できないまま取組が開始されたり、担任によって指導に差があったりしたことで、学校全体の組織的な取組となっていない現状があるため、キャリアノートの取組開始にあたっては、事前に教員全体での周知会及び学年団での指導目標や指導方法等について共通理解を図ることが必須である。また、キャリアノート導入時には生徒対象のガイダンスなどを実施し、取組の目的や目標を共有することは重要である。そのような機会にキャリアノートの記入例やルール等などを確認することが、取組を円滑に進めることにつながるのではないかと考えられる。

(2) キャリア形成アンケートでの調査・分析によるキャリアノートの有効性を検証

ア　キャリア形成アンケート作成

キャリアノートの活用と生徒の「自己理解・自己管理能力」「課題対応能力」及び「キャリアプランニング能力」の変容との関係性を明らかにするために、「キャリア形成アンケート」（坂本ら 2015）から、キャリアノートを活用することで変容が想定される「生活習慣」７項目に加え、「基礎的・汎用的能力」のうち、「自己理解・自己管理能力」７項目、「課題対応能力」４項目、「キャリアプランニング能力」６項目、合計 24 項目からなるキャリア形成アンケートを作成した。

イ　回答方法

教示は、「次の質問に対して、あなたに一番当てはまるものを一つ塗ってください。」とし、「６：

非常に当てはまる」「５：かなり当てはまる」「４：やや当てはまる」「３：あまり当てはまらない」「２:ほとんど当てはまらない」「１：まったく当てはまらない」の６件法により回答を求めた。

ウ　キャリア形成アンケートの項目の妥当性の検討

キャリア形成アンケートの因子構造を検討するために、「自己理解・自己管理能力」、「課題対応能力」及び「キャリアプランニング能力」の因子間に相関を仮定し、確認的因子分析（最尤法）を行い、各因子から負荷が高い項目を下位アンケートの項目とした。各適合度指標における適合度は，GFI＝.911，AGFI=.864，RMSEA＝.072 であり、RMSEA の値がやや高かったものの、十分な適合度を得られたと判断した。得られた下位アンケートの項目は、「自己理解・自己管理能力」４項目、「課題対応能力」４項目、「キャリアプランニング能力」４項目の合計 12 項目であった(表３)。

表3 キャリア形成アンケート 項目内容 (6件法)

自己理解・自己管理能力
（自1） 学校生活の中で、自ら目標を立てることができる
（自2） 目標に向かって粘り強く努力することができる
（自3） 必要なときには、苦手なことにもがんばって取り組むようにしている
（自4） 自分の意志で決めたことは、最後までやり通すことができる
課題対応能力
（課1） 何か問題がおきたときには、なぜそうなったかを考えるようにしている
（課2） 何か問題がおきたときには、どのようにしたらその問題が解決できるかを考えるようにしている
（課3） 何か問題がおきたときには、次に同じようなことがおきないよう工夫するようにしている
（課4） 何かに取り組むときには、進み方や考え方がまちがっていないか、ふり返って考えるようにしている
キャリアプランニング能力
（キャ1） 将来就きたい仕事や夢について、真剣に考えることができる
（キャ2） 高校卒業後に積極的に取り組みたいことを考えることができる
（キャ3） 自分がどんな人生を送りたいのかについて、真剣に考えることができる
（キャ4） 将来の夢や目標に向かって努力している

エ　キャリア形成アンケートでの調査・分析によるキャリアノート取組実施校と未実施校の比較

キャリア形成アンケートで妥当性のとれた三つの能力、12 項目（表３）における生徒の変容について、キャリアノート取組実施校と未実施校のデータを比較した。１回目アンケート結果を共変量とした共分散分析結果から、「自己理解・自己管理能力」「課題対応能力」の平均値は有差に高まったが、「キャリアプランニング能力」のそれには有意な差は見られなかった。(表４)。

表４　３つの能力におけるキャリアノート取組実施校と未実施校のデータを比較

	平均値（標準偏差）				
	H26年度 キャリアノート取組未実施校2校（65名）		H27年度キャリアノート取組実施校2校(107名)		*p*値
	1回目 7月上旬	2回目 10月下旬	1回目 7月上旬	2回目 10月下旬	
自己理解・自己管理能力	4.18 (0.87)	4.21 (0.78)	2.81 (1.08)	3.90 (1.16)	0.001
課題対応能力	4.39 (0.68)	4.43 (0.73)	2.74 (1.09)	4.19 (1.09)	0.014
キャリアプランニング能力	4.58 (0.95)	4.35 (1.03)	2.38 (1.18)	4.28 (1.20)	0.055

注1）第1回アンケート結果を共変量にした共分散分析結果

「自己理解・自己管理能力」の四つの質問項目において、１回目と２回目の平均値の差を比較すると、キャリアノート取組実施校では 1.09、未実施校では 0.03 であった。「学校生活の中で自ら目標を立てることができる」「自分の意志で決めたことは、最後までやり通すことができる」という２つの質問項目に関しては、取組未実施校の数値が下降したが、取組実施校の平均値は上昇した。他の二つの質問項目については、取組実施校の平均値の上昇は大きかったが、取組未実施校の平均値

上昇の幅は小さかった。すべての質問項目について、取組実施校の１回目の平均値と未実施校のそれとを比較すると数値に大きな差があった。しかし、取組未実施校の２回目の平均値は大きな変化がなかったことや、取組実施校の伸びが大きかったことから、２回目の平均値の差が縮小した。「自己理解・自己管理能力」に関する四つの質問項目において、「目標に向かって粘り強く努力することができる」という項目を除く三つの項目で、取組実施校の平均値は有意に高まった（表５）。

表５　「自己理解・自己管理能力」におけるキャリアノート取組実施校と未実施校のデータを比較

	平均値（標準偏差）				
	H２６年度　キャリアノート取組未実施校２校　N=65		H２７年度キャリアノート取組実施校２校　N=107		*p*値
	１回目	２回目	１回目	２回目	
自己理解・自己管理能力	**4.18 (0.87)**	**4.21 (0.78)**	**2.81 (1.08)**	**3.90 (1.16)**	0.001
学校生活の中で、自ら目標を立てることができる	4.22 (1.19)	4.14 (1.01)	3.07 (1.25)	3.50 (1.34)	0.000
目標に向かって粘り強く努力することができる	3.98 (1.19)	4.08 (1.12)	2.89 (1.21)	3.87 (1.35)	0.271
必要なときには、苦手なことにもがんばって取り組むようにしている	4.03 (1.02)	4.20 (0.89)	2.70 (1.23)	4.04 (1.27)	0.029
自分の意志で決めたことは、最後までやり通すことができる	4.48 (1.03)	4.42 (1.00)	2.59 (1.23)	4.19 (1.35)	0.001

注1）第1回アンケート結果を共変量にした共分散分析結果

次に「課題対応能力」に関する四つの質問項目すべてにおいて、キャリアノート取組実施校では、平均値が上昇した。一方で、取組未実施校の平均値には大きな変化は見られなかった。「課題対応能力」に関する１回目の取組実施校、取組未実施校の平均値は大きな差があったが、２回目の結果では、取組実施校の数値が大きく上昇したことから、平均値の差は小さかった。（表６）。

表６　「課題対応能力」におけるキャリアノート取組実施校と未実施校のデータを比較

	平均値（標準偏差）				
	H２６年度　キャリアノート取組未実施校２校　N=65		H２７年度キャリアノート取組実施校２校　N=107		*p*値
	１回目	２回目	１回目	２回目	
課題対応能力	**4.39 (0.68)**	**4.43 (0.73)**	**2.74 (1.09)**	**4.19 (1.09)**	0.014
何か問題がおきたときには、なぜそうなったかを考えるようにしている	4.57 (0.83)	4.58 (0.85)	2.71 (1.26)	4.27 (1.28)	0.004
何か問題がおきたときには、どのようにしたらその問題が解決できるかを考えるようにしている	4.49 (0.79)	4.45 (0.85)	2.73 (1.20)	4.28 (1.17)	0.066
何か問題がおきたときには、次に同じようなことがおきないよう工夫するようにしている	4.42 (0.93)	4.54 (0.87)	2.60 (1.16)	4.27 (1.18)	0.026
何かに取り組むときには、進み方や考え方がまちがっていないか、ふり返って考えるようにしている	4.08 (1.02)	4.14 (0.97)	2.92 (1.21)	3.93 (1.23)	0.692

注1）第1回アンケート結果を共変量にした共分散分析結果

また「キャリアプランニング能力」に関する質問項目においては、先に述べた「自己理解・自己管理能力」「課題対応能力」の二つの能力よりも取組実施校の平均値の伸びはさらに大きかった。一方、取組未実施校の２回目の平均値は三つの質問項目において下降が見られた。「自分がどんな人生を送りたいのかについて、真剣に考えることができる」の項目について、１回目の取組未実施校の平均値は 4.75、取組実施校では 2.44 であったが、２回目ではそれぞれ 4.09、4.23 であった。この質問項目では、取組実施校の平均値が未実施校のそれよりも高かった。平均値が有意に高まった項目は、「将来就きたい仕事や夢について、真剣に考えることができる」のみの質問項目であった（表７）。

表７　「キャリアプランニング能力」におけるキャリアノート取組実施校と未実施校のデータを比較

	平均値（標準偏差）				
	H２６年度　キャリアノート取組未実施校２校　N=65		H２７年度キャリアノート取組実施校２校　N=107		*p*値
	１回目	２回目	１回目	２回目	
キャリアプランニング能力	**4.58 (0.95)**	**4.35 (1.03)**	**2.38 (1.18)**	**4.28 (1.20)**	0.055
将来就きたい仕事や夢について、真剣に考えることができる	4.68 (1.11)	4.58 (1.22)	2.27 (1.29)	4.36 (1.31)	0.017
高校卒業後に積極的に取り組みたいことを考えることができる	4.68 (1.09)	4.46 (1.17)	2.33 (1.29)	4.31 1.33)	0.060
自分がどんな人生を送りたいのかについて、真剣に考えることができる	4.75 (0.95)	4.09 (1.13)	2.44 1.37)	4.23 (1.32)	0.348
将来の夢や目標に向かって努力している	4.23 (1.27)	4.28 (1.15)	2.48 (1.25)	4.22 (1.31)	0.244

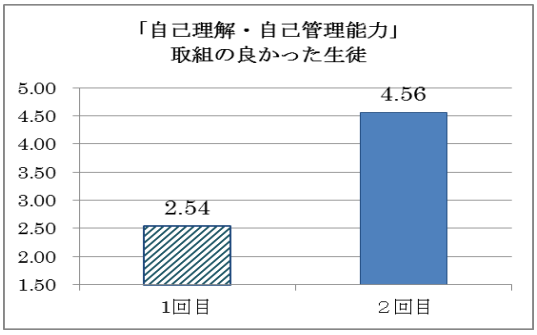
注1）第1回アンケート結果を共変量にした共分散分析結果

キャリア形成アンケート結果から、「自己理解・自己管理能力」「課題対応能力」「キャリアプランニング能力」の質問項目について、キャリアノート取組実施校の平均値は 12 の質問項目すべてで大きく上昇したが、未実施校の平均値の変化は小さかった。

オ　キャリア形成アンケートでの調査・分析によるキャリアノート取組実施校「取組が良かった生徒」と「その他の生徒」の比較

キャリアノートの取組状況によっての差を検証するために、「取組が良かった生徒」と「その他の生徒」の平均値を比較した。「取組が良かった生徒」とは、「キャリアノートに日々書く習慣が身についていること」「キャリアノートを日々活用していること」「週のふり返りの記述内容の質と量」から、ホーム担任が判断し、107 名のうち 18 名が選出された。「取組が良かった生徒」18 名と「その他の生徒」89 名の平均値を三つの能力別に比較した（図１～３）。

「取組が良かった生徒」の平均値と「その他の生徒」を比較した結果、すべての質問項目における１回目の平均値では、「その他の生徒」の平均値は「取組が良かった生徒」の平均値より高かったが、２回目の平均値では「取組が良かった生徒」が「その他の生徒」の平均値を大きく上回った。「自己理解・自己管理能力」及び「キャリアプランニング能力」について、「取組が良かった生徒」と「その他の生徒」の１回目と２回目の差について有意な差があった。しかしながら、「課題対応能力」に関しては平均値の上昇に大きな差はあったが、有意な差は見られなかった（表８）。さらに、「取組が良かった生徒」と「その他の生徒」の平均値の伸びに有意な差が見られた質問項目は 12 項目中８項目であった（表９）。



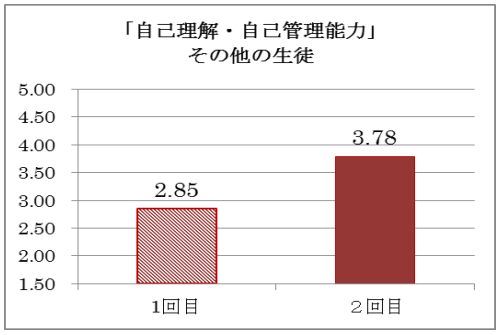
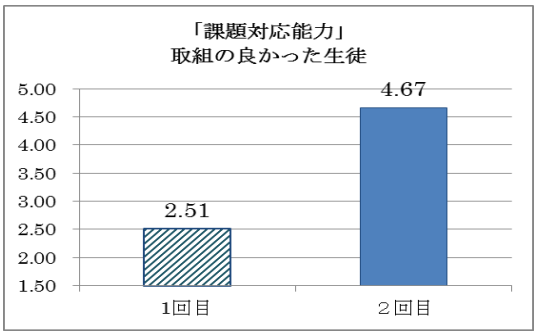


図１　取組による「自己理解・自己管理能力」の差



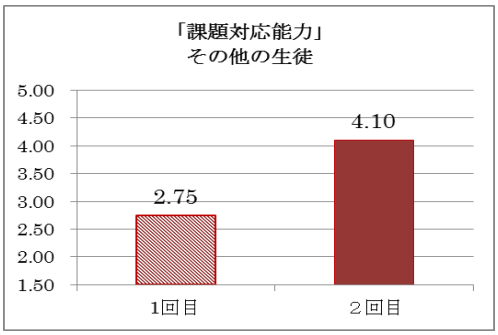
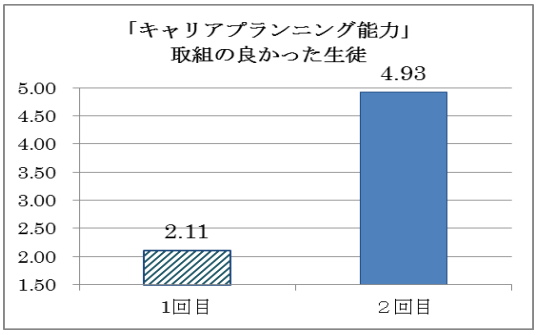


図２　取組による「課題対応能力」の差



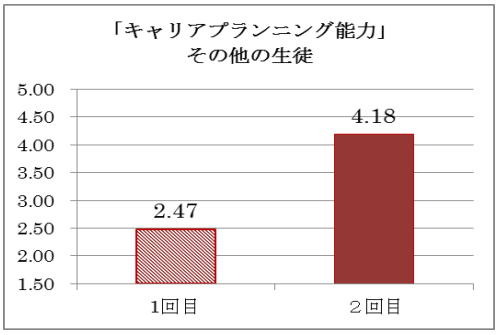


図３　取組による「キャリアプランニング能力」の差

表８　キャリアノート取組実施校の取組が良好であった生徒とその他の生徒のデータに有意な差があった項目

	平均値（標準偏差）				
	取組の良かった生徒 N=18		その他の生徒 N=89		*p*値
	1回目	2回目	1回目	2回目	
自己理解・自己管理能力	2.54 (0.84)	4.56 (0.78)	2.85 (1.13)	3.78 (1.19)	0.016
課題対応能力	2.51 (1.07)	4.67 (0.96)	2.75 (1.10)	4.10 (1.10)	0.071
キャリアプランニング能力	2.11 (0.99)	4.93 (0.94)	2.47 (1.20)	4.18 (1.22)	0.034

注1）第1回アンケート結果を共変量にした共分散分析結果

表９　キャリアノート取組実施校の取組が良好であった生徒とその他の生徒のデータに有意な差があった項目

能力	質問項目	平均値（標準偏差）				
		取組の良かった生徒 N=18		その他の生徒 N=89		*p*値
		1回目	2回目	1回目	2回目	
自己理解・自己管理能力	学校生活の中で、自ら目標を立てることができる	2.72 (1.07)	4.22 (0.79)	3.13 (1.28)	3.37 (1.19)	0.036
	目標に向かって粘り強く努力することができる	2.56 (1.15)	4.56 (1.04)	2.94 (1.24)	3.75 (1.37)	0.047
	必要なときには、苦手なことにもがんばって取り組むようにしている	2.50 (0.86)	4.72 (0.89)	2.72 (1.31)	3.92 (1.32)	0.014
課題対応能力	何か問題がおきたときには、次に同じようなことがおきないよう工夫するようにしている	2.28 (0.96)	4.94 (0.87)	2.62 (1.19)	4.13 (1.19)	0.015
	何かに取り組むときには、進み方や考え方がまちがっていないか、ふり返って考えるようにしている	2.72 (1.07)	4.50 (1.10)	2.93 (1.23)	3.83 (1.24)	0.045
キャリアプランニング能力	将来就きたい仕事や夢について、真剣に考えることができる	2.00 (1.14)	5.22 (0.94)	2.37 (1.31)	4.21 (1.32)	0.003
	高校卒業後に積極的に取り組みたいことを考えることができる	1.94 (1.11)	5.06 (1.06)	2.45 (1.31)	4.19 (1.35)	0.044
	将来の夢や目標に向かって努力している	2.11 (1.02)	4.94 (0.94)	2.58 (1.29)	4.11 (1.34)	0.047

注1）第1回アンケート結果を共変量にした共分散分析結果

カ　キャリアノート取組実施校の聞き取り調査

本研究の調査対象校である２校では、「基本的生活習慣の確立」及び「自己理解・自己管理能力」の伸長を目指して、「スケジュール管理」や「週のふり返り」などの項目を取り入れた学校独自のキャリアノートを作成し、本年度４月より取組を開始した。２校ともに、ホーム担任が生徒のキャリアノートを隔週で点検、コメントを記入するなど、相互のコミュニケーションツールとしても活用していた。

「キャリアプランニング能力」が特に向上した要因として、学年団の教員からは「『総合的な学習の時間』の学習や進路学習として、地域の事業所訪問や上級学校訪問などに積極的に取り組んできたことや､アンケート実施時期と２年次からの履修コースや科目選択の時期とが重なったことで、生徒の進路に関する意識が高まったことが原因ではないか」という意見が聞かれた。

また、「取組が良かった生徒」は、入学時には「穏和な性格」「地道にコツコツと取り組める」といった特徴があった。別の学年団の教員からは「１回目のキャリア形成アンケート結果では『取組が良かった生徒』の方が『その他の生徒』よりも平均値が低かったのは『自己肯定感の低さ』が原因ではないか。しかし、キャリアノートで自己表現の場ができ、教員からのコメントや励ましによって、『認められた』と感じたことが影響したのではないか」という意見があった。「取組が良かった生徒」について「学校生活にも慣れ、徐々に友人もできた」「周囲に対し、自分から挨拶をするようになった」「クラスの代表に選ばれ、代表として発表した」など生徒の変容の様子について意見があった。

キ　考察

調査対象校２校では、「自己理解・自己管理能力」の向上をキャリアノート取組の目的とした結果、キャリア形成に関する三つの能力において平均値に大きな伸びがあった。また、キャリア形成アンケートでの調査・分析によって、キャリアノート取組実施校と未実施校を比較した結果、「自己理解・自己管理能力」「課題対応能力」における取組実施校の平均値の「伸び」には有意な差があった。この結果から、キャリアノートの取組が生徒の「自己理解・自己管理能力」の伸長に有効であったと考えられる。生徒が日々キャリアノートを活用し、時間の管理や自身の行動について振り返ったりすることが、継続する力や自己理解につながったのではないか。さらに、「自己理解・自己管理能力」が伸長したことにより、他の能力も相乗して向上したのではないかと推察する。

平均値の大きな上昇が見られた「キャリアプランニング能力」について、いくつかの要因が調査対象校の教員から挙げられたように、キャリアノート取組以外にも「総合的な学習の時間」等、数々の学校独自の取組が生徒の「キャリアプランニング能力」の伸長に影響していると考察する。

また、生徒のキャリアノート取組の差によって、キャリア形成に関する能力の伸びに差があることが明らかとなった。ホーム担任が選出した「取組が良かった生徒」は、「その他の生徒」に比べてキャリア形成に関する能力の伸長が顕著であった。この結果からもキャリアノートの取組が生徒のキャリア形成に関する能力の向上に有効であると考える。

さらに、教員の聞き取り調査からは、アンケート結果では分からない生徒の変化についての話があった。「取組が良かった生徒」は入学当初「控えめで大人しい性格の生徒」という共通点があった。７月に実施したキャリア形成アンケート第１次調査には、「自信のなさ」が表れていたが、10 月下旬に実施した第２次調査では、キャリアノートに地道に取り組んできたことで自信を持った肯定的な回答につながったのではないかと推測される。

しかし、生徒が配布されたキャリアノートを使用することだけで同様の結果につながっただろうか。キャリア形成に関する能力の向上に有効であるキャリアノートというツールを生徒がどのように活用するかによって、能力の伸長に差が生じる。そのため、生徒がキャリアノートを効果的に活用するための方法が重要であると考える。

キャリアノート取組校の平均値の上昇は大きかったが、標準偏差から分析すると生徒の回答に二

極化が見られた。生徒のキャリアノートの活用状況について学校内で共有したり、アンケート結果について分析したりしながら、取組が十分でなかった生徒への働きかけを行うことが今後の課題であると考える。

(3) キャリアノートの効果的な活用方法の検証

ア　A校キャリアノート取組に関する教員の聞き取り調査・分析

キャリアノート取組を実施したA校は、キャリアノート取組未実施校であり、本研究で作成したキャリアノートを使用し、２学期の始業日である９月１日～10 月 23 日までの期間、キャリアノート取組を実施した。教員対象聞き取り調査を取組期間中に３回、生徒対象聞き取り調査を取組終了後に実施した。ホーム担任からは「課題であったスマートフォンの使用状況や校外での生徒の過ごし方について把握でき、生徒の状況に応じたアドバイスにつながった」「家庭学習の時間や内容に偏りがあることを生徒に意識させることができた」「多忙な業務の中、点検したりコメントを記入したりするのは大変だったが、生徒が目標や課題として感じていることを知る手立てとなった」「学習に関しての助言がより具体的な内容になった」といった意見が聞かれた。

イ　A校キャリアノート取組に関する生徒の聞き取り調査・分析

キャリアノートに取り組んだ生徒からは、「キャリアノートに記録したことをふり返ることで『隙間時間に気づいた」「時間を気にせず、スマートフォンを使用していたことに気づいた」など時間の使い方に関する気づきがあったことが分かる。また、生徒が教員からのコメントを楽しみにしたり、それをアドバイスや励ましと感じていたり、キャリアノートを介した教員とのコミュニケーションについて肯定的に捉えていたことが分かった。(表 10)

表 10　A校生徒からの聞き取り調査結果

生徒記号	生徒B	生徒C	生徒D	生徒E
キャリアノート記入場所	家	平日：学校 休日：家	平日：学校	平日：学校 休日：家
目標設定	生徒会活動やクラブ活動について	資格取得や家庭学習時間について	家庭学習時間について	家庭学習時間について
活用方法	学校の時間割、予定、提出物等を記入し、家で確認した	資格取得のための対策勉強の計画を立てたり、見直したりした	家庭学習時間を少なくても記入し、継続するようにした スマホの使用時間を記入して、自分で制限していくように努力した	アルバイトの時間を記入し、予定の管理をした。隙間時間の活用方法や家族との予定を立てるためにスケジュール管理をした
ふり返りについて	できたことを記入するようにし、できなかったことを次の週の目標に活かした	学習時間を記録したことで、週の目標時間を達成するために努力できた	家庭学習を記録したことで、学習した教科に偏りがあることが見え、他の教科の学習についても意識してするようにした	家事の手伝いやアルバイトに時間が取られ、学習時間が少なかったが、隙間時間を確認できて、少しずつ工夫した
気づきや変化	スマホの時間を意識するようになった ふり返りが大事だと感じた	空いている時間を見つけて、何か予定を入れるようになった	スマホ等でダラダラと時間を過ごしていることが改めてわかった	忙しいと思っても隙間時間が結構あることに気づいた
教員とのコミュニケーション	ふり返りについてコメントをくれたので、記入する際にも伝えたいことを記入したし、先生からのコメントを楽しみにしていた	家庭学習に関してのアドバイスがうれしかった	頻繁に点検してくれたので、週の途中で家庭学習が減って、スマホが長くなったりしたら、コメントや励ましをくれたことで努力できた	就寝時間等についてコメントをくれたので、自分でも注意するようになった また、体調管理にも気を使うようになった

ウ　考察

A校のキャリアノート取組期間は約１カ月半と短かったが、ホーム担任はキャリアノートを活用し、生徒の状況を把握したり、個々の生徒への指導につなげたりしていたと推測される。生徒はキャリアノートに自身の行動を記録し、可視化したことで、多様な「気づき」につながったと考えられる。さらに、キャリアノートを介して教員と生徒が相互のコミュニケーションを図ったことから、教員が記入したコメントが外発的な動機となり、生徒自身の「気づき」を促したのではないかと考察する。このように生徒の内発的動機を促すためには、教員が生徒の記述内容を肯定したコメントや生徒にとって励ましとなる言葉を記入することが効果的である。

エ　キャリアノートの事例作成

A校でのキャリアノート取組で使用したキャリアノートについて教員及び生徒に聞き取り調査を実施した（表 11)。その結果をもとに、「自己理解・自己管理能力」に課題がある生徒を対象としたキャリアノートの事例を作成した。

・日々の起床や就寝時刻、朝食の摂取等の項目に体調についての項目を加え、生活習慣と体調管理とのつながりを意識させるようにした。

・「やること」の項目について「１、２、３」と順番を振ることで、優先順位をつけながら取り組むことを意識させるようにした。

・「週のふり返り」の記入欄を二つに分け、「今週の『できた』」、「今週の『もう一歩』」とし、肯定的なふり返りを意識させるようにした。

・「面談シート」は、教員等と面談で話した内容を記録するページとして加えた。

・「学習成績記録ページ」は、生徒が自分自身の得意、不得意などの自己理解を図ることを目的として設けた。

表11　キャリアノートについての聞き取り調査結果

	よかった点	改善したらよいと思う点
教員	朝食や起床・就寝時刻等、生活習慣に関する項目は、生活習慣に関して指導するために有効であった。	肯定的なふり返りにつながる記入様式
	スマホ等の使用時間を記入する欄は、市販の手帳にはないため、この取組を指導に活かせた。	目標設定とふり返りが関連する記入様式
	家庭学習時間のみでなく、学習した教科や内容を記入する欄があり、家庭学習の内容が把握でき、具体的な助言や指導に活かせた。	１年間使っても丈夫な表紙
生徒Ｆ	試験に向けた取組のページで体調などを記入していくことで、自分のその時の状態が確認できた	反省のみにならないようなふり返りを記入できる工夫
生徒Ｇ	先のことはスマホなどで管理できるが、過去の事を見返すことができるのでノートは大事だと思った	特になし
生徒Ｈ	自分の生活習慣の見直しのきっかけになった	特になし
生徒Ｉ	スケジュール帳を持っていないので、このノートに書くことで時間の使い方を意識できた	To Doの欄の使い方が明確でない

オ　キャリアノート活用方法の事例作成

現在、高知県内でもキャリアノートを活用している学校は少なくない。しかし、キャリアノート取組の有効性や効果的な活用方法についての資料は少ない現状がある。そのため、本研究でキャリアノートの活用方法について調査・分析した結果から、教員を対象としたキャリアノート活用のリーフレットを作成した。

５　成果と課題

(1)　成果

本研究の成果として以下の３点を挙げる。

まず一つ目は、キャリアノートを活用することは、生徒の「自己理解・自己管理能力」の向上などに有効であることが明らかとなったことである。

二つ目は、「自己理解・自己管理能力」の伸長を目指して作成したキャリアノートで一定期間取り組んだ生徒や、取組の指導にあたった教員から聞き取り調査を行い、そこで浮き彫りになったいくつかの課題を修正し、キャリアノートの事例を作成したことである。

三つ目は、高知県内外のキャリアノート取組の活用方法を調査分析して、一定期間の取組を実施し、教員や生徒の意見などを聞き取り、キャリアノートの効果的な活用方法の事例を作成したことである。

なお、キャリアノートの事例及びキャリアノートの活用方法を示したリーフレットについては、高知県教育センターのホームページ「研究紀要・研究報告書」に記載する。これらの資料が活用されることで、高等学校のキャリア教育の充実に貢献できればと思う。

(2)　課題

本研究の課題として、「評価」を挙げる。本研究では、キャリアノート活用によって「基礎的・汎用的能力」のうち「自己理解・自己管理能力」「課題対応能力」「キャリアプランニング能力」の三つの能力の向上を想定し、「人間関係形成・社会形成能力」に関する質問項目を含まないキャリア形成アンケートを作成した。しかしながら、キャリアノートに生徒が記入し、教員が点検したりコメントを記入したりして、キャリアノートを相互のコミュニケーションに活かしていたことから、「人間関係形成・社会形成能力」に関する質問項目についてみとることも重要であると考える。「評価」については、高知県教育センターのホームページ「研究紀要」に掲載されている「キャリア形成アンケー

ト」(坂本ら 2015)などを用いることが望ましいと考える。

キャリア形成アンケートなどの調査によって、キャリアノート取組のみの効果について「評価」することは困難である。キャリアノートの取組と学校独自の様々な教育活動とが相乗的に生徒の変容に影響を与えていることから、適切な時期や期間を考慮しながら調査を実施することで、取組の「改善」に向けた手立てを見出すことにつながるのではないかと考えている。

【主な参考・引用文献】

高知県教育委員会(2013)：高知のキャリア教育

高知県教育委員会(2014)：高知県教育振興基本計画　重点プラン【改訂版】

中央教育審議会答申(2011)：今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について

文部科学省、国立教育政策研究所生徒指導研究センター(2011)：キャリア発達にかかわる諸能力の育成に関する調査研究報告書

文部科学省(2012)：高等学校キャリア教育の手引き

国立教育政策研究所生徒指導研究センター(2001)：児童生徒の職業観・勤労観を育む教育の推進について

国立教育政策研究所生徒指導・進路指導研究センター(2012)：キャリア教育をデザインする－今ある教育活動を生かしたキャリア教育－

国立教育政策研究所生徒指導・進路指導研究センター(2013)：キャリア教育・進路指導に関する総合的実態調査　第二次報告書

国立教育政策研究所生徒指導・進路指導研究センター(2014)：キャリア教育・進路指導に関する総合的実態調査－キャリア教育が促す「学習意欲」－

国立教育政策研究所生徒指導・進路指導研究センター(2015)：キャリア教育・進路指導に関する総合的実態調査－子供たちの「見取り」と教育活動の「点検」－

株式会社　浜銀総合研究所(2014,2015)：高等学校普通科におけるキャリア教育の実践と生徒の変容の相関関係に関する調査研究報告書

経済産業省(2010)：社会人基礎力に関する研究会－中間とりまとめ－

株式会社リクルートマーケティングパートナーズ(2013)：「2012 年　高校の進路指導・キャリア教育に関する調査」報告書

坂本万礼・別役千世・山岡晶(2015)：高知県教育センター研究紀要　キャリア教育の充実に向けた教育課程や指導方法の工夫改善についての研究－普通高校におけるキャリア教育の推進及び充実に向けて－