

『支援者になるという決意 —キャリア相談を学んだ180日—』

第10章 見立ての力を問われて — CC 視点をどう築くか

1. 静かな朝と、重たいテーマ

三月十五日。春の陽気が顔をのぞかせるものの、朝の空気はまだ冷たさを残していた。ノートパソコンを開くと、Zoom の待機画面に映る自分の顔が、まるで試験直前の受験生のように強張っているのがわかった。

「今日は“問題をどう捉えるか”です」

画面に現れた星野潤講師の声は、いつもより一段低く、重みを帯びて聞こえた。受講を始めてから二か月あまり。傾聴や関係構築を学んできたが、今日はさらにその先。CL が語る“困りごと”をそのまま受け取るのではなく、カウンセラーとしての視点で見立て、構造的に把握する力を養う——それがテーマだった。

西園智久は、背筋を伸ばした。

(単なる共感だけじゃなく、構造を描く……果たして自分にできるだろうか)

2. 講義 — CL 視点と CC 視点

星野は、共有資料のスライドを映しながら話を続ける。

「CL が語る“問題”と、CC が把握すべき“問題”は必ずしも同じではありません」

画面に二つの枠が並ぶ。

CL 視点の問題:『異動先が嫌だ』『転職先が見つからない』

CC 視点の問題:『自己効力感の低下』『意思決定の停滞』『制度理解不足』

「CL が言葉にしている感情や、背景にある環境要因をどう見立てるか。ここにカウンセラーとしての力が問われます」

一呼吸置いて、星野はさらに言葉を重ねた。

「支援者は、CL の言葉を借りて構造を描く存在です。CL 自身がまだ言語化できていない

“心の地図”を、一緒に広げること。それが見立てです」

西園は必死にメモを取った。

(表層の言葉にとどまらず、その奥にある構造……でも短時間で整理しなければならない。口頭試問でも、そこを評価されるんだよな)

3. ロープレ① 藤田さん(15分+模擬口頭試問)

最初のロープレは、藤田さんをCLに迎えての15分演習だった。

彼女は看護師資格を持ち、医療系人材会社でプロモーション業務に従事していたが、部署の閉鎖により営業職への異動を打診されている。仕事内容への拒否感は強く、転職も視野に入れていた。

「営業はどうしても合わないと思うんです……でも転職市場を見ても、今の自分に合いそうな職種は少なくて」

藤田さんの言葉には、焦りと不安がにじんでいた。西園は頷きながら、感情に寄り添う返答を心がけた。

「大きな変化を前にして、不安が大きいのですね」

時間はあつという間に過ぎた。15分という短さに追われるよう、終盤では焦って関係構築を急ぎすぎた感覚が残った。

面談が終わると、続いて初の口頭試問が始まった。

「では西園さん。今のCLの問題をどう把握しましたか？」

喉が渇く。必死に頭の中を整理しながら口を開いた。

「CL 視点の問題は、希望しない異動打診による葛藤と、転職先の見通しが立たない不安です。CC 視点の問題は、制度理解の不足や、意思決定を支える支援資源の整理不足……」

言葉が続かない。脳裏で何度も並べ替えたはずの文章が、舌先で絡まっていく。
「支援方針は……」と続けたが、声はわずかに震えていた。

終了の合図がかかる。耳の奥には、震えた自分の声がいつまでも残響していた。胸の奥には達成感と同時に、居心地の悪さが混じり合っていた。

(なぜ急いでしまったのか……)

答えは分かっていた。時間に追われる不安と、早く“まとめ”に到達したいという安心欲求。その二つが自分をせき立てていた。
(これでは CL の本当の気持ちを聴き切れない。試験だけでなく、実際の現場でも同じだ……)

4. ロープレ② 太田さん(30 分)

午後のロープレは、太田さんを CL に迎えての 30 分演習だった。

40 歳、営業所長。単身赴任中。兄弟会社から営業部長への異動打診を受けていたが、仕事内容の未知数や会社の風評への不安があり、現職に残れば昇格もあるという。複数の選択肢の間で揺れていた。

「異動すれば自宅から通えるのは魅力ですが……その会社の評判が良くなくて。逆に残れば昇格もあると上司から言われています。ただ三年前の異動で不信感も残っていて」

語る太田さんの表情は複雑だった。

西園は「何が許容でき、何が譲れないか」と一緒に整理する問い合わせを意識した。

「今のお話を伺うと、“家族と一緒に暮らしたい”という気持ちと、“会社への信頼”との間で揺れているように感じました」

30 分の時間があることで、CL の語りは徐々に深まり、迷いの構造が浮かび上がってくる。短い面談では触れられなかった「将来性への不安」や「子どもと一緒に過ごしたい想い」が言葉になった。

面談を終える頃には、太田さん自身の口から「やっぱり情報を集めてから家族と話し合う必要がありますね」という言葉が出ていた。

(焦らなければ、CL の中に答えは自然と見えてくる……それを体感できた気がする)

5. 西園の気づき

セミナーの終盤。西園は画面を閉じ、ノートに今日の気づきを書き込んだ。

- ・相手の言葉に留まる大切さを再確認
- ・30分面談では自然な気づきが生まれる
- ・初見の業種では知識不足が響き、気持ちへのフォーカスが弱まる
- ・口頭試問では論点整理の難しさを痛感

(見立てる力、整理して伝える力……どちらも足りていない。でも、それを磨くためにここにいるんだ)

ペン先に力を込める。

「——支援者として、問題をどう捉えるか。今日の学びを忘れずに」

窓の外には、淡い夕暮れの光が広がっていた。

その光を見つめながら、西園は静かに問いを胸に置いた。

——見立てとは、誰のために描くものなのか。

—終わり—

Stories on the way.

【講義メモ | 第10回セミナーの主な学び】

1. CL 視点と CC 視点の違い

- ・ CL 視点の問題: 異動打診や転職不安など、本人が直接語る困りごと。
- ・ CC 視点の問題: 自己効力感の低下、意思決定の停滞、制度・情報の不足など、背景にある構造的課題。
- ・ 発話をなぞるだけでは不十分。カウンセラーとして、見立てを加えて整理することが求められる。

2. 口頭試問演習の学び

- ・ 初めて模擬口頭試問を体験。
- ・ 「問題把握(CL 視点／CC 視点)」「支援方針」を短時間で言語化する難しさを実感。
- ・ 言葉をまとめる以前に、整理する力・構造化する力が不可欠。
- ・ 国家試験だけでなく、日常の相談実務においても必須のスキルである。

3. ロープレ① 藤田さん(15 分)

- ・ 部署閉鎖による異動打診と転職不安がテーマ。
- ・ 短時間の中で感情を拾いつつ進めることの難しさを体感。
- ・ 終盤で焦り、関係構築を急ぎすぎた反省。
- ・ 「問題の共有」に至らず、ポジティブな方向へ逃げてしまう傾向が浮き彫りに。

4. ロープレ② 太田さん(30 分)

- ・ 営業所長として単身赴任中、兄弟会社から営業部長の異動打診を受けて揺れる事例。
- ・ 「仕事内容の未知数」「会社の評判」「現職に残るメリット」「家族と暮らしたい想い」など、複数の要素が絡み合っていた。
- ・ 30 分という余裕が、CL の深い気持ちを引き出す助けとなった。
- ・ 「情報収集の必要性」「家族との対話」の重要性を CL 自身の口から語られる場面があり、時間の力を実感。

5. 気づきと課題

できたこと

- ・ 相手の言葉に留まり、感情を受け止める意識を持てた。
- ・ 30 分面談では自然な気づきが生まれる流れを体感できた。

課題

- ・ 初見の業界・用語に弱く、感情面へのフォーカスが浅くなる。
- ・ 時間管理を意識しすぎると、不自然な応答に陥る。
- ・ 見立てを整理し、支援方針を言語化するスキル不足。

6. 次回に向けた準備

- ・ CL の発話の背後にある「構造」を意識する習慣を強める。
- ・ 問題把握の練習を繰り返し、短時間で整理できるフレームを持つ。
- ・ 業種・制度の知識を広げ、初見の事例にも対応できる基盤を築く。
- ・ 「時間の余裕が CL の気づきを育む」ことを忘れず、焦らず関わる姿勢を持つ。

小説『支援者になるという決意 —キャリア相談を学んだ 180 日—』

© 2025 caritabito.com

All rights reserved. 無断転載・複製・引用を禁じます。

本作は、実際のキャリアコンサルタント養成セミナーでの学びや講義内容をもとに構成されたフィクションです。セミナーに基づく記録的要素も含まれていますが、登場する人物・エピソード・団体名などはすべて創作によるものであり、実在の個人・団体とは一切関係ありません。