

## 平成20年度公開講座実施報告 「女性が『はたらく』ということ」

昭和女子大学生生活心理研究所では、平成10年度から一般の方を対象に時宜にふさわしいテーマを取り上げ、毎年、公開講座を実施しております。平成19年度は「中年期女性のメンタルヘルス」というテーマで3回にわたる講座を実施し、受講者の方々から大変好評を頂きました。

平成20年度は、前年度に引き続き女性に焦点をあて、「女性が『はたらく』ということ」というテーマで3人の講師をお招きし、下記記載の題目でご講演頂きました。

第1回目は、ライフキャリアデザインの観点から、働くことを通じての自己実現についてご提言がありました。キャリア形成過程における女性ならではの悩みも取り上げながら、自己理解をした上で目標をもち、主体的に行動することや、長い人生を考えてライフキャリアをデザインする必要性について言及されました。第2回目は、パフォーマンス学の立場から、キャリア形成は生涯続く自己実現であるといえ、自己実現には自分と自分の心を表現することが不可欠であるというご指摘がありました。講座内では、自己表現のワークや小グループでのシェアリングの時間も設けられました。第3回目は、青年期女性におけるキャリア選択の実態が報告され、今後のキャリア支援には、キャリア選択時の一時的な支援のみならず、長期的展望を含めたキャリア・デザインに関する支援が求められることが指摘されました。

各回とも、ご講演後には活発な質疑があり、本講座のテーマについて皆様の関心が深く、また、ご自身のこととして積極的に考えておられることを実感いたしました。社会情勢の変化や、それに伴う価値の多様化に伴い、女性が「はたらく」ということについては現代ならではの困難や複雑な面があると思われませんが、各回の講師には、それぞれ異なった観点から、この問題を考える糸口と具体的な施策をご教示頂きました。最後に、本講座にご支援頂きました関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。

(文責 古川真人)

### 平成20年度公開講座 開催日・題目・講師一覧

開催日	題 目	講 師
10/4(土)	女性の生涯発達とライフキャリアデザイン	法政大学教授 宮城 まり子
11/1(土)	人づきあいが楽しくなる自己表現	日本大学教授 佐藤 綾子
11/22(土)	生活心理研究所キャリア支援研究報告 青年期女性のキャリア形成の現状と今後	昭和女子大学准教授 藤島 喜嗣

## 女性の生涯発達とライフキャリアデザイン

法政大学教授 宮城 まり子

日本女性の平均寿命はいまや約86歳に達している。世界でも長寿を誇る日本女性は、単に長いだけの人生（量）から、質の高い豊かな楽しみのある人生をいかに創造するかが問われている。それは、高齢になって初めて考えることではない。そのためには、若いときから長いこれからの生涯を見通したライフキャリアデザイン（生き方、働き方の設計）をおこなうことが必要である。

そこでまずキャリア開発とその形成について考えてみる。仕事を通して自分を活かし、持てる能力を最大限発揮することを通して、自己実現することは、生きがいや働きがいを生み出す。女性のキャリア形成過程では、男性と異なる多様なライフイベントがあり、キャリア形成の障害になる場合もあるためキャリアデザイン通りに進行するとは限らない。その都度、柔軟に設計図を見なおし変更することも必要である。

しかし、キャリア形成とキャリア管理のためには、次の5要因が必要である。①正しい自己理解；自分は何をしたいのか、どうありたいのか、何を大切に生きていきたいのか、自分の強み、専門性は何か、役割責任は何かなど、②強いキャリア意識；常に自分を磨き育て、持てる能力を最大限活かそうとする意識や姿勢、③キャリア目標；自分のキャリア目標は何か、例えとりあえずであったとしても、現在自分は何を目指しているのか、④自己啓発行動；目標達成のためには何をすべきか、キャリア開発への先行投資を行う、⑤キャリアネットワーク；社会の中で、多様な人との人間関係、ネットワークを形成する、情報を幅広く収集する。以上の5要因をバランスよく備えることが欠かせない。

しかし、キャリアは偶然から形成される部分も大きい。こうした多様な偶然をいかにキャリア形成上で意味あるものに変えるかが問われる。そしてまた、絶えず準備を怠らない人の所に偶然のチャンスはやってくるといえるだろう。キャリアは不断の努力から形成される部分が多いが、こうした偶然を大切に活かすことを忘れてはならない。

女性は今後の長いライフキャリア設計図をもち、ありたい自分の姿（目標）を大切にしながら、それを常に強く意識し、ただ考えているだけではなく、実現へ向けて積極的に行動することが欠かせない。すなわち自分の生涯に渡るライフキャリアは自分自身が責任をもって主体的に創造していくものである。

## 女性のキャリア形成と自己表現

日本大学教授 佐藤 綾子

キャリアとはそもそも、後期ラテン語の *carrāria* から発生し、中世フランス語に入って、*carriere* になり、現代英語の *career* へと語源的には変化した単語である。この *carrāria* はさらに遡ると、古代ギリシア時代の *chariot* まで遡ることができる。*chariot* は、古代の戦闘、競技、凱旋に用いられた2頭立て1人乗りの馬車である。1頭が引いて1人が後部の座席に乗って凱旋することもあり、おそらくどこかしらで絵を見る機会もあったはずである。

さて、この *chariot* は人力あるいは馬力なので、手を離せば止まってしまう。止まった時に、その *chariot* が形成していく二本の轍はそこで途切れる。それに対して、轍が終わったことを、生涯の走りが終わったと解釈し、道に沿って人が進むこと、そして、生涯をかけた仕事あるいは生涯の経歴、活動という意味が転じて、現在の職業 (*occupation*) だけを表す *career* (キャリア) として残っている。

このように考えると、キャリアは生涯続くことであり、そのためには人間は社会的動物である限り、人の助力がないとなかなか生涯を通してのキャリアは形成できない。

これについての最もよく知られている説明としては、アメリカの心理学者 A. H. マズロー (1908-70) の「基本的欲求の段階説」を例にとることができる。その人が、その人の目的に向かって人間らしく生きていくことを「自己実現」といい、そのことを欲する心の動きが「自己実現欲求」である。ところが、このマズローの研究を詳細に見ると、自己実現欲求の条件欲求として、「自己表現欲求」が列記されていることを見逃す人が多い。

自己実現するためには、自分の考えが人に伝わり、人の考えが自分にわかるという自己表現の行動が完結されなければ、自己実現に至らないのである。そこで、「キャリア形成には自己表現が必要である」という、著者の30年来の考えの根幹に関わる問題となっていく。

では、パフォーマンス学における自己表現上の注意点はなにか。学校教育においては、採点される言語ばかりを重視する傾向にあるが、実際の人間の自己表現においては言語よりも非言語が内実を伝える場合が多い。顔の表情や周辺言語 (声の調子) などの非言語表現にも注意を払って、よい自己表現をすることにより、キャリア形成を果たすことが重要である。

## 生活心理研究所キャリア支援研究報告 青年期女性のキャリア形成の現状と今後

昭和女子大学准教授 藤島 喜嗣

キャリア選択としての就職活動に注目し、2005年度学部卒業生の縦断調査データをもとに青年期女性におけるキャリア選択の実態について報告した。

希望業種・職種について、専門職志向の学生とそれ以外の一般企業への就職を希望する学生が混在していることが明らかになった。このことは、周囲の影響を受け、在学中のキャリア選択に迷いが生じる可能性を示している。事実、就職活動の進展に応じて希望変更する層が一定数いることが示されており、これらの学生に対し、大学がモデルもしくはキャリア形成の道筋を呈示する必要性が示唆された。

実際の就職活動について、同年齢他者と比較して遅く開始する傾向が示された。これは、キャリア選択における意志決定の先延ばしが生じていることを意味している。その一方で、終了時期に関して、就職活動開始当初は同年齢他者よりも遅く終わると予測していたものの、実際には同年齢他者と同時期に終了していた。この理由として、新卒採用状況が好転しつつあったという社会背景の影響と、周囲に遅れることを嫌いとにかく内定を得ようとした結果である可能性が考えられた。

また、活動内容に関して、非現実的に自己卑下の対比をしており、この傾向は自発的に行う活動で顕著だった。このような歪んだ推測は、就職活動時における焦りやストレスにつながった可能性がある。しかし、就職活動を通じて、精神的健康指標に変化は見られず、むしろ良好な状態を保っていた。これには、周囲のネットワーク利用、特に家族や友人の情緒的サポートの存在が影響していたと考えられる。

中長期的将来展望に対して就職活動というイベントはあまり影響を及ぼしていなかった。30代以降においては仕事と家庭の両立をしているといった展望が一貫して示されており、伝統的性役割観に基づく固定化された将来展望が示された。大学におけるキャリアデザイン教育と社会人基礎力養成の重要性があらためて浮き彫りになった