〈研究ノート〉

自己責任論を越える：学生の語りから再考する教職課程の授業の在り方

――2025 年度の授業実践と 26 年度への展望――

法政大学キャリアデザイン学部 兼任講師　遠藤　裕子

【1】課題設定

春学期に教育心理学、秋学期に教育相談を担当している。25 年度は（登録のみや途中から履修中止数名を含めて）春学期は 229 名、秋学期は 97 名が履修した。筆者の授業では単位認定の条件として「全ての授業のリアクションペーパー（以下、RP）を提出すること」と提示しており、欠席の場合も授業後に提供する授業録画を視聴して自学自習の上、RP を提出してもらっている。そして大人数の授業でも学生のリアクションをフィードバックすることにより、できるだけ双方向で学習内容を深めていけるように努めている。その甲斐あってか、学生の RP の記述は多岐にわたり充実していて、また「フィードバックから学んだ」という声も多い。筆者自身の学びにもなっている。

特に教育相談の後半は学校臨床分野で、非行、いじめ、虐待、不登校 / ひきこもり、発達障害と重い話題が続く。「これらは社会全体の課題と地続きである。きちんと向き合おう」と投げかけて授業を進めていくが、筆者が思う以上に学生は真摯に受け止めて考察を深めていると感じている。今年度 9 年目の授業を終えた。学生から寄せられたリアクションをいくつか取り上げ、来年度の授業内容の検討も視野に入れて再考することを課題とする。学生の RP の記述は資料として巻末に掲載した。

【2】考察

1．教育心理学

① 評価　資料【1】-1-01 02 03 04 05
② 能力　資料【3】-2-01　-3-01
③ パーソナリティ理論　資料【1】2-01 02

教育心理学の授業で扱う「評価」の授業では、導入として子安ら（2015）の「教育評価というと、一般的には『学力による序列づけ』というイメージが強いのではないだろうか。しかし、教育評価は単なる序列づけを越えた、まさに教育的な営みであり、教育目標の実現のために欠かすことのできないものである」（以上引用）という一文を紹介する。それに対して資料【1】1- 01 02 03 04（以下、資料は省略）にあるように「評価することは序列づけすることだと思っていた」という学生のリアクションが毎年少なくない。

「評価」と「評定」は別物で、学習活動が丁寧にフィードバックされ、次の学習活動に生かされていくことが求められるが、RP を読む限りにおいては、なかなかそうはいかない現実があることを窺い知ることができる。今年度の落とし所は【1】1-05 の学生の RP の紹介であった。以下、資料から一部引用する。「この授業を通して強く感じたのは、人を簡単に評価してはならないという当たり前だけれども見落とされがちな原則です。教師は一人ひとりの生徒を限られた情報と時間の中で評価しなければならず、そこにはどうしても主観や状況の影響が入り込みます。だからこそ、評価は常に仮のものであり、絶対的なものではないという謙虚な姿勢が必要だと感じました」（以上、引用）。この学生は担任教員から「能力が高く、できる生徒」という評価を受けており、日常的に「学習や集団行動において集団からの遅れのある生徒」の「お世話係」を担っていた。それを負担に感じて相談しようとしたところ、「あなたはできるのだから」と一蹴されてしまったという前提がある。現在の教育現場において、何をするにも学級定数がいつも高い壁になる。その後のやりとりで、この学生は担任教員がたくさんの生徒をかかえ、一人ひとりに充分に手をかけられない状況を理解しており、相談を一蹴されたこと自体を不満に思っているわけではなく、「能力が高く、できる学生」という評価への違和感を伝え、いつもお世話をする立場にある気持ちをわかってほしかったということがわかった。

また就職活動で自己肯定感を下げる学生も毎年見受けられる。【1】-2-02 にあるように「自分のこと」がよくわからなくなってしまったと言い、【3】-2-01 にあるように「就職試験で不合格になるたびに内定の出た友人の SNS の投稿を羨ましく思う」と言う。前者の学生は平野（2018）の分人主義にある複数の「人格」に救われ、後者の学生とは話をすることができたので「人と比較しない自分の良さや自分の人生で大事にしたいことを考えること」と「キャリア構築の道筋」について筆者の考えを伝えた。話をしていて感じたのは「アドバイスそのもの」よりも学生がかかえる辛さを

聴き取られ気にかけてもらうことが必要だったのではないかと考えられる。

勅使川原（2022）は「能力」を「定義不能でわかるようでわからないビッグワード」と説明する。本田（2020）は自身が展開するハイパー・メリトクラシーによって、人々の生きづらさを深刻化させていると言う。学生のRPを読んでいると、9年間の義務教育とほぼ義務教育化している高校教育において、特に受験制度の影響によって序列化する評価にさらされ続け、その影響を強く受けて自己イメージを構築しているように思える。その自己イメージは低い場合が多く、それを解きほぐしていくのは並大抵のことではないと強く感じている。

２．教育相談

① いじめの被害体験　資料【2】-1-01

いじめの被害体験を記述する学生が毎年いる。資料の学生の記述には「僕は中学生の頃、いじめを受けたことをきっかけに強い不安を抱くようになり、後にパニック障害と診断されました。動悸や過呼吸もあり学校を休むことも多かったです。今も発作が出ることがあり、大学を休みがちです」とあり、今なお被害体験からくる「後遺症」を引きずっていることが窺え、毎年のことながら事態の深刻さを思い知らされる。しかし、それでもなお「いじめられる側にも原因があるのではないか」という声が後を絶たない。どんな理由があるにせよ、それはいじめを受けてもいい理由にはならない。「いじめる人（加害者）がいなければいじめは起こらない」という立場に立ち切り、いじめを生まない学校や学級の風土づくりについて、もっと踏み込む必要性があると考えている。

② 被虐体験　資料【2】-2-01 02 03 04

被虐体験を記述する学生も毎年いる。01は「文献から学んだ内容ではないかもしれません、申し訳ないです。レポート上に思いを書いていくだけでも少し心が軽くなったように感じます。思いを文字にするということも傾聴なのだなと感じました」とあり、紙上でのやり取りで落ち着いた。02はこの記述に続けて「個人的な相談」というのが書かれていたため、時間を取って話をした。03は「現時点での筆者の見解」を伝えた。04は青年期の心性の影響もあり危うさを感じた。「虐待の連鎖を切る方法について知りたい」とあったので、さらに調べてみることを勧めた。何とかしたいというもがきのように思えた。いずれも解決に至るわけではないが、辛い経験を打ち明け「気持ちをわかってもらえた」という経験したことが、彼らがこれからの人生を歩んでいく上での幾ばくかの支えになってくれることを願う。

３．教育心理学と教育相談に共通すること

① 発達障害当事者　資料【3】-1-01

SNSの普及も手伝って「発達障害」が身近なものとなり、ここ数年、グレーゾーンも含めて「自分もそうなのではないか」という記述や「診断がつけられている」というカミングアウトに近い記述が散見されるようになってきた。筆者は2023年に「発達障害のある児童生徒への支援」をテーマに研究を行い、遠藤（2023）にまとめた。障害は社会（環境）の有り様（ありよう）との関係で考えることが必要不可欠で、個人の状態のみで論じることは避けなくてはならない。発達障害が社会で認知されるようになったことは大切なことで、そこは大事にしながら、学生には、さらに「正しい理解」と「正しい支援」が広がっていくような学びをしてもらいたい。

② 精神疾患当事者　資料【3】-1 -02

ここ数年、自身の精神疾患（ 一時的なものも含む）について記述する学生も増えてきている。不登校や子どもの自殺、精神疾患による教員の休職などの問題ともリンクして、非常に厳しい状況だととらえている。この学生は授業後に「話を聴いてほしい」と言ってきたので、短時間話をした。苦しかった経験を聴いてほしかったというのが主訴だったと思う。

③ 問題の外在化という考え方　資料【3】-4-01

第1回の授業のRPに受講動機を記述してもらっている。それによると教員になりたい、教員になることも視野に入れている、子どもの発達や教育に関わる仕事がしたい、一応取得しておくなどさまざまであるが、学生は全般的に真面目に学んでいるという印象をもっている。中でも教師のブラックな働き方が話題となり、教員採用試験の倍率が下がっていること、なり手が少ないことなどの状況がある中で、「教員志望」と明記している学生が一定数いて、特に熱心に学んでいる。

教育心理学では、様々な授業法や評価の正しいあり方など学ぶ中で、一方教育相談では教育相談の本質（生徒を日々よく見て声をかけることなどが含まれる）を学ぶ中で、決まって学級定数のことが課題になる。授業へのリアクションでは「たくさんの生徒を担当しなくてはならない中で、個々への対応を充分にできるかどうか」など不安の声が多く寄せられるのである。問題の外在化という視点は、他授業で「キャリアカウンセリング」を学んだ学生が、発達障害を扱う授業の中で「発達の特徴があることを自分の責任に落とし込まない」という文脈で紹介してくれた。この視点を紹介

しながら「現行の制度上、学級定数の問題が必ず立ち塞がる。無理をして頑張る必要はないが、今考え得る最善を尽くすことではないか」と伝えている。

この言葉は筆者自身に向けたものでもある。担当する授業においては、原理原則・理論を学ぶことはもちろん大切であるが、それ以上に熟考することや自分の考えを言語化することを大事にしたいと考え、学生にもそのように伝えている。そうすることはとりも直さず授業者からの丁寧なフィードバックが必要不可欠であると考える。100名を超える大人数の授業において、毎回の授業後学生のRPを読み丁寧にフィードバックするのにはかなりの労力を要する。時には充分ではない場合も生じるが、それでも最善を尽くしていくということなのだろうと思う。

【3】今後の課題―26年度への展望

毎年、内面を掘り起こすような記述に出会っていたはずであるが、今回学生のRPの記述を改めて丁寧に省察することを通じて、筆者自身が学生のかかえる「内面の痛み」に直面していることを強く認識することとなった。【2】-1で述べたように、9年間の義務教育とほぼ義務教育化している高校教育において、特に受験制度の影響によって序列化する評価にさらされ続け、その影響を強く受けて構築された自己イメージを解きほぐしていくのは並大抵のことではないと考えるが、筆者自身が、勅使川原（2022）や本田（2020）が展開する教育社会学の理論にふれてみて、学生が社会構造の問題（社会学的課題）としてとらえる視点をもつことで改善されていくのではないかと展望している。こと教育相談の授業においては、生徒の悩みを「個人の心の問題」だけに収束させない視点は必要不可欠であり、環境の有り様（ありよう）との関係で見ていくことが重要である。

これまでの授業において「特に学校臨床の課題は社会全体の課題と地続き」というメッセージを送ってきてはいたが、今後、教育社会学の知見に学びながら、もう一歩踏み込んで「自己の問題」を社会の課題として対象化して考えることのできる力量を育んでいきたいと考える。授業の中で「問題の外在化」にふれた際「それでは甘えを許すことにならないか」というような反論が必ず出てくる。それこそが序列化する評価にさらされ続け、自己責任論を内面化する教育の強い影響を示しているのではないかと考える。このように自己責任論を内面化した学生にとって構造への視点は峻別しがたい抵抗感を生むこともあると思うが、乗り越えていきたい。構造への視点をもつことは学生自身にとってはもちろんのこと、今後、彼らが出会い、その成長や教育に関わることになる子ども・青年、生徒たちへの眼差しを変えていくことにつながると考え、研究と実践を構築していこうと思う。

参考文献

子安増生ら 2015 教育心理学 第3版（ベーシック現代心理学6） 有斐閣

本田秀夫 2018 発達障害 生きづらさを抱える少数派の「種族」たち SB新書

平野啓一郎 2012 私とは何か「個人」から「分人」へ 講談社現代新書

勅使川原真衣 2022「能力」の生きづらさをほぐす どく社

本田由紀 2020 教育は何を評価してきたのか 岩波新書

遠藤裕子 2023 発達障害のある児童生徒への支援 ――担当する授業内容の検討を視野に入れて―― 法政大学教職課程年報 VOL.22 pp42-47

資料

学生の RP の記述内容

【1】教育心理学

1．評価 能力

01「評価」と「教育評価」の違いについて明確に意識することができた。特に教育評価は、単なる成績の数値化ではなく、教師と学習者の双方がより良い教育・学習のために活用するフィードバックのプロセスであるという点が印象に残った。また、「指導のための評価」と「学習のための評価」という考え方も新鮮だった。教師側の指導改善だけでなく、学習者が自分の理解度や課題に気づき、次の学習につなげる手助けにもなるという視点は、今後の教育活動においてとても重要だと感じた。

02 教育評価は、単に成績をつけることだけが目的ではない。子どもたちが自分の学びを深め、次に繋げるための大切なステップである。

03 今回の授業を通して、教育における評価の多様性とその奥深さを改めて実感した。これまで「テストで点を取ること＝評価」という単純なイメージを持っていたが、実際には他者評価・自己評価・相互評価といった評価の主体に応じた分類、また絶対評価・相対評価・個人内評価といった評価基準の違いがあることを知り、評価は一面的なものではないことを理解した。特にポートフォリオ評価法やパフォーマンス評価のように、学習者の取り組みのプロセスや多様な成果物を継続的・多面的に捉える評価の在り方は、今後の教育においてますます重要になると感じた。

04 評価とは、序列評価ではなく必ずしも数値化するものではない。教師と学習者が双方にフィードバックすることで、今後お互いがより良くなるために活用できるものとなる。具体的には、教師の視点では今後の指導方針の検討であったり、学習者の視点では学習の反省などに活用することができる。対して、評定は一定基準に従って数値化するものであることから、教師から学習者への一方通行である。

05 この授業を通して強く感じたのは、人を簡単に評価してはならないという当たり前だけれども見落とされがちな原則です。教師は一人ひとりの生徒を限られた情報と時間の中で評価しなければならず、そこにはどうしても主観や状況の影響が入り込みます。だからこそ、評価は常に仮のものであり、絶対的なものではないという謙虚な姿勢が必要だと感じました。また、教員が安定した精神状態でいられることは、ひいては子どもたち一人ひとりの丁寧な評価にもつながるのではないでしょうか。教育の質を高めるには、生徒への目線だけでなく、教師自身をどう支えるかという視点も不可欠だと感じました。

2．パーソナリティ理論

01 平野啓一郎[1]の「分人主義」などにふれ、人によっていろいろな顔をしている自分が不実なように感じていたが、複数の「人格」（社会的立場によってつくられる）があるのは普通のことというのがわかって、ホッとした。

02 就活で「自分のこと」がよくわからなくなってしまっていたが、「就活をしている自分にすぎない」と考えると気持ちがラクになった。

【2】教育相談

1．いじめ被害体験

01 思春期におけるいじめは、被害を受けた人の心身に深刻な影響を与える大きな問題です。価値観や自己認識がまだ十分に育っていない時期であるため、外見や性格の違いが理由となり、排除や嘲笑が起こりやすいと感じます。また、いじめが「からかい」や「冗談」として軽視されてしまうことも少なくありません。僕は中学生の頃、いじめを受けたことをきっかけに強い不安を抱くようになり、後にパニック障害と診断されました。動悸や過呼吸もあり学校を休むことも多かったです。今も発作が出ることがあり、大学を休みがちです。
この問題を解決するためには、いじめの早期発見と周囲の継続的な支援が重要だと思います。教師や保護者が生徒の変化に気づき、安心して相談できる環境を整えることが必要です。また、心の不調を個人の弱さと捉えず、専門的な支援につなげる意識も欠かせません。さらに、加害者や傍観者への教育を通して、他者の気持ちを考える力を育てることが、いじめの防止につながると考えます。大学生となった今、自身の経験を生かし、同じ苦しみを抱える人の支えになりたいです。

2．被虐体験

01 DV の本質は支配とコントロールであるとの記述があった。私の家はある種の虐待状態にあったの

1　平野啓一郎　2012　私とは何か「個人」から「分人」へ　講談社現代新書

かもしれないなと感じてしまった。私の父は全く厳格というわけではなく普段は優しく家族中もとても良い方だと思うのですが、非常に波のある人で突然理不尽なことで怒ることがあるそうです(毎回理不尽に怒るのは母や妹だけが家にいるときであり、自身が家にいるときはなぜかおとなしくなります。おそらく自分には強く言えないのだと思います。)。怒った際には怒鳴ったり、物を投げたりするらしく、母や妹は父に言い返すことを極端におそれており、一度家族会議を開いてどのように感じているのかを母や妹に話してもらったのですが、その際に震えて泣きながら話をしていた二人の姿を僕は忘れることができません。母や妹の話を聞く素振りすら見せずに一方的に理不尽に怒るというのは、母や妹の行動を自身の思い通りにコントロールしようとしていたのかもしれない、そしてもし僕が仲介役としての役割をこなせていない状況であれば家族は父に支配されてしまっていたのかもと感じます。直接的な暴力がなかったこともあって、虐待とは考えず、夫婦喧嘩の延長線だと解釈していたこと、父親が母親の家業を継いでおり離婚はできないこと、そして先述したように普段は非常に優しく怒っていないときは本当に仲がいいことなどの理由から今まで他の大人にはこの話をしたことがありませんでした。虐待があるから離婚をしよう、距離を取ろうと簡単にすることができないのが「家族」の難しいところなのかなと思います。当時は母や妹からピリピリとした雰囲気を感じ、怖いから早く帰ってきてほしいという連絡をもらうたびにもう嫌だ、早く離婚してほしいと思う一方で、離婚してほしくないという思いも同じほど強く、受験勉強でも追い込まれていたことから精神的に本当につらかったです。誰かに頼りたかったです。このような状態になっていたのは去年のことであり現在は改善されています。文献から学んだ内容ではないかもしれません、申し訳ないです。レポート上に思いを書いていくだけでも少し心が軽くなったように感じます。思いを文字にするということも傾聴なのだなと感じました。

02 私の父親（物心ついた時から別居しているが）はここまでではないが相当なモラハラ体質で、DVまがいのこともしくはそれに該当することをしていたと母から何度も聞かされていた。確かに、父親が家にいたときはその空気感はすごくピリついていた記憶がある。あの怯えた空間が未だに私の心を割くことがあるが、幸い高校以前の記憶が薄いためにあまり被害は少ない。この私の家族内のバランスがこれほどまでに崩れなかったのは、母が強い人だったからなのかもしれない。本記事では母親の行言動は非常に父親に従順であり、そこは違いの一つであるのではないかと思うと同時に、親戚や祖父母の目があったのも深刻化に至らなかった要因なのではないかと考えている。このように閉鎖された家族空間は時に暴力性を生み出すものであり、最悪の事態を防ぐには、家族の周りが常に家族そのモノを観察して、いわば防犯カメラ的な視線が重要なのではないかと考えた。

03 私には「虐待不安」があります。暴力を受けていた経験はありませんが、私は親のことを好きではありません。母は「いい家族」になろうとし過ぎていて、私はその期待に応えるのが辛かったからです。だから、私に娘ができても「かわいい」とは思えないと思ってしまいます。それが、暴力・虐待という関係性になってしまうのではないかと恐れています。私には今パートナーがいて、これからもずっと一緒に居たいです。しかし、今後の将来の話で家族の話題が出てくると少し罪悪感があります。勿論、子どもは好きですが、「私の子どもになってほしくない」という思いがあります。子どもと関わる職業（教師）を志望していると周りは当然の様に「私も自分の子どもが欲しい」と思われてしまい、理解されないのが辛いです。虐待は絶対に行ってはいけません。しかし、親も人間なので咄嗟に怒りの感情が現れるときがあると思います。その場合、非行の回で出てきた、鏡で自分を客観的にみる習慣は虐待行為をしてしまう親の衝動を抑えるためにも有効ではないかと思いました。

04 親権者が児童のしつけに際して体罰を加えてはならない、と法的に定められていることを今まで全く知りませんでした。近年改正された内容なので、知らなかったという人の方がむしろ多いと思います。その点で、今知ることができてよかったと思う反面、自分自身体罰でしつけられてきた人間なので、自分に子供ができた時にも、やはり体罰をしてしまうだろうとも思いました。体罰を加えずに子供を育てる方法がわからないし、自分が暴力ぬきに子育てをしている未来が想像つきません。叩いたり蹴ったり、押し入れに閉じ込めたり、家から締め出したり、そういった手段を行使せずに子供をしつけることがそもそも可能なのかと疑問を抱いてしまいます。体罰をしないしつけの仕方を知らないから、自分の子どもにも体罰をする。虐待が起ってしまう原理だって同じようなものだろうと思います。このような連鎖をどうすれば止

めることができるのか、自分でも調べてみたいと思いました。

私が今子供を欲しくない、と思う大きな要因が、毒親になるに違いないと感じている事です。自分も過干渉気味の親に育てられ、ようやく上京して物理的に実家を離れ、箍が外れたのか敢えて自分の身を危険にさらすようなことをしてしまう時期がありました。実の親を反転させる形で、「こんな親がよかったな」「こういう距離感で接してくれていたら」と思うことは非常に多いですが、いざ自分に子供ができたら、私はきっと実の親と同じような接し方をして、子供に辛い思いをさせると思います。こういう考えの人も今は多いのではないでしょうか。今は何でも、個人の自由が許されるような時代になりました。結婚しないことも選べるし、子供を産まない選択もできます（子供が欲しいと思っても経済的な理由などから作れないという夫婦もいると思いますが)。自分が良い母親・父親に慣れる自信がない、だからそもそも子供を作らない、という人たちの不安を解消し、誰でも安心して子供を産めるように、地域や社会全体で、今回扱った虐待やDVのことも含めて家庭内で起こりうる様々な課題についての認知を広め、支援の体制を整えていくことが必要だと思います。

【3】教育心理学 教育相談共通

1．発達障害と社会

01 発達障害 当事者

自分自身ADHDを持っているので今回のお話は非常に興味深かったです。

自分がADHDと診断され投薬を始めたのは高校二年生で、そのころにはもう発達障害というのは既に一般化していて、数年前から徐々にSNSを通して拡大していったと感じています。私の場合は、中学三年生から高校一年生にかけて症状強くなりました。それ以前はそもそもコロナ禍で学校に行くことが少なく、また中学生なので多少の多動や注意欠陥も見逃されていましたし、深く追及することはありませんでした。一方高校生になり、一緒に成長するのではなく個々で生きていくようになってから明らかに症状に苦しむようになりました。素養が現れてきました。

濃淡は誰でも持っているというのは自分もとても感じています。スペクトラムで混ざり合うから100パーセントというのはない、というのも勉強になりました。ADHDなどの発達障害に関して理解不十分な人は、ちょっとうっかりしている＝ADHDのような認識があるのではないかなと思っています。どんな人でも多少の素養は持っていて、自分の問題にもなりうるかもしれないからこそ、発達障害など身近な障害についての理解がもっと広まってほしいです。

02 精神疾患状態 経験者

今回精神障害の紹介の中でうつ病が出てきたために調べてみた。私自身今までの人生を振り返ると受験期や人間関係のもつれによって抑鬱状態になりやすかったことで障害というものにより一層興味を抱くようになった。うつ病について講義のキーワードと共に調べてみると完治と寛解という二つの単語に出会った。それぞれの言葉の意味で前者は明確な定義はないものの一般的に症状が完全になくなっていること、治療や服薬の必要が全くない状態を指し、後者の寛解は症状がほとんどなくなっていること、定期的な受診や服薬があれば安定した社会生活を送ることができる状態だということがわかった。そして、多くのうつ病患者はこの完治の状態ではなく、寛解の状態で社会復帰をしていることがわかった。そして、私はここから完治する前の寛解において活動をする人が多いからこそ、うつ病などの精神疾患が再発しやすいのではないかと考えた。私自身のことを振り返っても、受験期に抑鬱状態に陥ったとき、塾を休んでいた。そして、気分が一時的に良くなった時にはまた塾に通ってそのあとは前まで以上に抑鬱状態に陥ることが多かった。風邪をひいた後も病み上がりのうちはなるべく安静に過ごすように言われているのに、精神面の方では完治になる前に動き出すのは、目で見て分かりにくい症状だからなのではないかと考えた。

2．発達障害と社会 能力

01 本田さんの資料[2]のケース3を読んで、「高校のころまでは特に困ることがなかった」と記載されていたが、それは高校生までは自立していないからだと思った。高校生を終えると、私たちは大学生や専門学生、社会人として自分で生計を立てるということを意識していく必要がある。そこから年を重ねていくにつれて、ケース2の解説で述べられていたように、重要な話や重要なものを取り扱う機会が増えることで、今まで他者からの協力で何とかなっていた物事に対処しにくくなり、発達障

2　本田秀夫　2018 発達障害 生きづらさを抱える少数派の「種族」たち　SB新書

害の症状が顕在化していくのではないか。そう考えると、当人はそれまで何の問題もなく生活できていたが故に、うまくできない現状に絶望を感じたり、投げ出してしまうかもしれない。私もこれまで大した問題もなく生きてくることができたが、最近発達障害などの授業を受けていると自分も該当しているなと感じることが多い。大学生になってから私はさらにどんどん人前でしゃべるのがとても下手くそになっているし、人前でなくても文章を作成する能力が衰えているように感じる。これのせいで自分の生活に支障をきたしているなんてことはないが、発達障害のうちの何かだと診断されたほうがいっそ楽だと思うくらいうまくしゃべれなくなっており、不安を感じた。わかりやすくADHDやASDはっきりと診断できると対処がわかりやすいが、その中間に属する人々は難しいと感じた。

3．就活していて

01 ここ3週間は就活の予定とかぶってしまい、講義に対面で参加することができませんでした。満足のいく就職先を見つけることの難しさを毎週感じています。友人たちのSNSを見ると全てが輝いて見えて、あげている裏側で努力していることが頭ではわかっていても羨ましく思えてしまいます。なるべく焦らずに自分の会社を見つけることができるように努力しようと思います。

4．問題の外在化

01 ④さん[3]の記述について　私は学部の授業である「キャリアカウンセリング」の授業を履修しているのだが、そこで「問題の外在化」について学んだ。外在化とは、問題を自分事と考える（内在化）のではなく、自分自身と切り離して考えることで、気持ちの持ちようが変化するというものである。今回の⑪さん[4]の内容（多汗症であると診断されると、「多汗症だから汗の量が多いんだ、病気なら仕方ない」というふうに、理由を持って、一種の吹っ切れが起こった）は、まさにこの問題の外在化が実践されており、その重要性を改めて感じた。このように、自分で抱え込んでいる問題について、「自分の本質」として抱え込むのではなく、「今の自分のそばにある課題」として考え直すことは、教育や支援の現場でも重要になる。子どもたちが自分を否定せず、前向きに課題と向き合えるようになるために、外在化という視点はもっと活かされるべきだと感じた。

3　RPのフィードバックを行うにあたり、学生の氏名を①さん…というように書き表している。

4　RPのフィードバックを行うにあたり、学生の氏名を①さん…というように書き表している。