

「うちの子、将来大丈夫？」と思ったときに、 親ができること。

～夢や進路を急がず、子どもの経験と成長を次の一步につなぐ～

今日のゴール

子どもへの声かけを、
一つ変えて帰る。



今日、持ち帰ってほしいのは「正解」ではなく、一つの声かけです。

60 分の流れ

実体験から考える

- なぜ親は急がせてしまうのか

8 分

キャリア教育の基本

- 夢を決めるより、考える力を支える

13 分

小・中・高の違い

- 成長に合わせて関わり方を変える

14 分

ミニワーク

- 「将来どうするの？」を言い換える

15 分

まとめ・質疑

- 今日から使う一言を決める

10 分

講座の最後に「今夜、子どもに聞く一言」を一つ決めます。

私も、支えたい気持ちから「急がせる側」になりました。

長女の進路で、今でも覚えていること

実体験

長女が第一志望に落ち、
進路を決められずにいたとき。

私は、自分の希望を押し付けてしまいました。

しばらく決められない姿を見て、
「急がせてしまった」と気づきました。



支えることと、決めてあげることは違う。

こんな場面、ありませんか？

保護者の悩みは一つではありません

1

将来のことを
話してくれない

2

「やりたいことが
ない」と言う

3

進路をどう
支えればよいか分
からない

4

つい先回りして
口を出してしまう

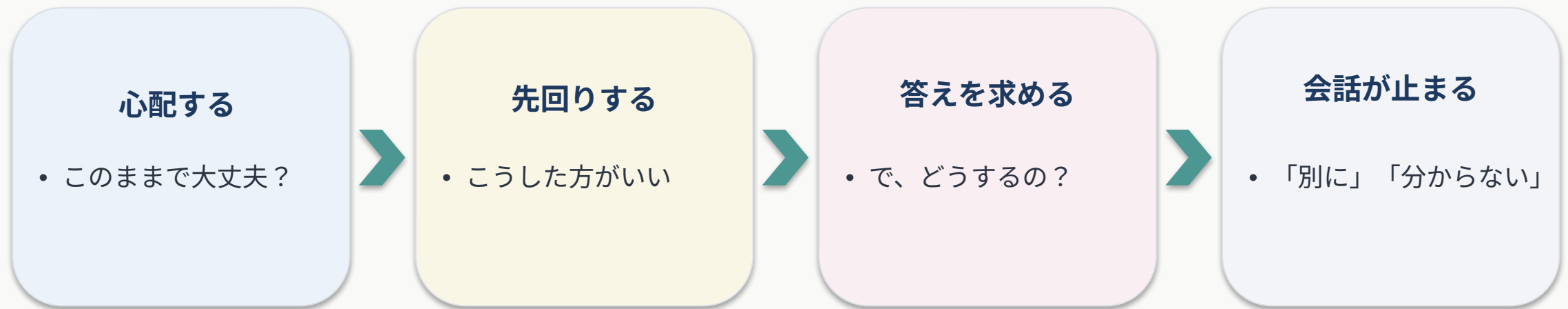
5

成績ばかり
気になってしまう

別々の悩みに見えて、根っこにあるのは
「応援したい。でも、どう関わればいいのか分からない」という気持ちです。

心配が強いほど、親は「答えを急がせる言葉」を使いやすくなります。

悪気ではなく、応援したい気持ちから始まります



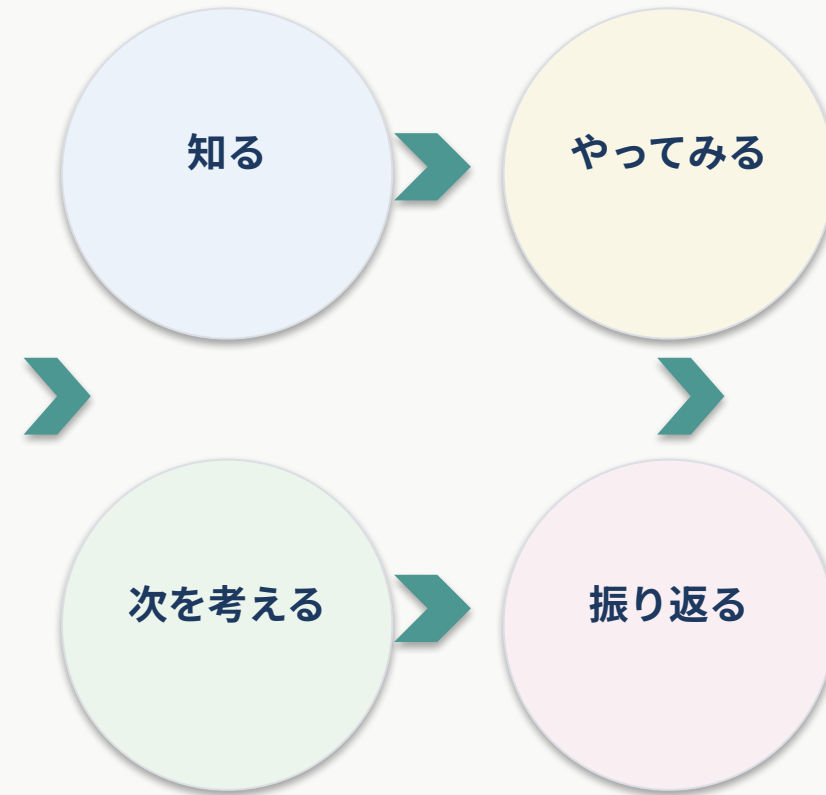
大切なのは、心配しないことではありません。
心配を「決めさせる言葉」ではなく、「考えられる問い」に変えることです。

キャリア教育は、「早く夢を決める教育」ではありません。

家庭でもできるのは、子どもが自分で考える材料を増やすこと

キャリア教育は、
自分と社会とのつながりを考えながら、
将来の自立につながる力を育てる教育です。

だから家庭では、
「何になる？」だけでなく、
「何が気になった？」「次に何を試したい？」
が大切になります。



参考：文部科学省「キャリア教育」／「中学校・高等学校キャリア教育の手引き（2023年3月）」

親の役割は、答えを出すことより「考えられる余白」をつくること。

今日から使う 3 つの関わり方

聞く

まず、本人の言葉を最後まで聞く

- すぐ助言しない
- 途中で結論を出さない

広げる

選択肢や経験を少し広げる

- 調べる
- 見に行く・体験する

待つ

決めるまでの時間を残す

- 考える時間を取る
- 失敗も次の材料にする

「聞く・広げる・待つ」は、年齢によって比重が変わります。

小・中・高で、親の関わり方は少しずつ変わります。

同じ問いを繰り返すのではなく、成長に合わせて変える

小学生 | 広げる

- 好き・面白いを増やす
- 身近な仕事や大人に出会う
- 「やってみたい」を大事にする

中学生 | つなぐ

- 体験と自分を結び付ける
- 意外だったことを言葉にする
- 選択肢を広げる

高校生 | 整理する

- 何を大事にしたいか考える
- 選択肢を比較する
- 次の行動を自分で決める

※成長には個人差があります。小・中・高の整理は「関わり方を考える目安」です。

参考：文部科学省「小学校キャリア教育の手引き（改訂版）」「中学校・高等学校キャリア教育の手引き（2023年3月）」

小学生には、「将来」より「今の面白い」を広げます。

好き・得意を決めつけず、経験を増やす

親がやること

- ✓ 面白かったことを聞く
- ✓ 「なぜ？」より「どこが？」と具体的に聞く
- ✓ 一回やってみる機会をつくる

声かけ例

「今日、何が面白かった？」

「今度、一回やってみたいことがある？」

「何になりたい？」に答えられなくても、まったく問題ありません。まず材料を増やします。

中学生には、体験と「自分」をつなぐ問いを増やします。

職場体験・部活動・地域活動も、振り返ると学びになる

親がやること

- ✓ 体験の感想だけで終わらせない
- ✓ 意外だったこと・気になったことを聞く
- ✓ 「自分なら？」と少しだけ自分事にする

声かけ例

「何が意外だった？」

「もっと知りたいことは？」

「自分ならどうする？」

「やりたいことがない」は、まだ材料が少ない途中の状態かもしれません。

高校生には、「何を選ぶか」より「なぜ選ぶか」を整理します。

親は結論より、比較するための材料を一緒に並べる

親がやること

- ✓ 本人が大事にしたいことを聞く
- ✓ 選択肢の違いを一緒に整理する
- ✓ 最後の決定は本人に戻す

声かけ例

「何を大事にしたい？」

「選択肢の違いは何？」

「次に何を確かめたい？」

私自身、長女の進路で「最後の決定を本人に戻す」ことの大切さを学びました。

ミニワーク | 「将来どうするの？」を、別の聞き方に変えてみます。

15 分 | いつもの一言を、本人が考えやすい問いに言い換えるワーク

いつもの一言

「将来、
どうするの？」



子どもが考えやすい聞き方に変える

- ✓ 答えを急がせない
- ✓ 今の経験や関心から聞く
- ✓ 「次に試すこと」まで小さくする

3 分：最近の声かけを思い出す／ 7 分：言い換えを考える／ 3 分：試す一言を選ぶ／ 2 分：希望者で共有

声かけには、たくさんの答えがあります。

「これが正解」ではなく、子どもが話しやすくなる一言を探す

「将来どうするの？」



「最近、ちょっと気になっていることある？」

「何になりたいの？」



「一度やってみたいこと、何かある？」

「勉強しないと困るよ」



「今の勉強で、意味が分かりにくいところある？」

最後に、「今夜、自分が使う一言」を一つだけ決めてください。

子どもの将来を、親が全部背負わなくて大丈夫です。

今日から変えるのは、たった一つの声かけ

① 急いで決めさせない

- 「まだ途中」を認める

② 経験を言葉にする

- 何が面白かった？
- 何が意外だった？

③ 最後は本人に戻す

- 選ぶための材料を整理する

今夜の一問

「最近、ちょっと気になっていることある？」

講座後の
質問・相談



「答えを与える」より、「考えられる問いを残す」。