

1. 理論の概要

キャリア構築理論は、サヴィカス (Savickas) が自身の 30 年にわたる実践経験をまとめたものであり、極めて実践を意識した理論である。キャリア構築理論には 3 つの重要概念がある。職業的パーソナリティ、キャリア適合性、ライフテーマである。職業的パーソナリティは、「個人のキャリアに関連する能力、ニーズ、価値観、関心」と定義される。キャリア適合性は「現在あるいは直近の職業的発達課題、職業的移行、個人的トラウマなどに対処するための個人のレジリエンスおよびリソース」と定義される。ライフテーマは、職業生活のもっとも主観的な部分に関わるものであり人々の職業行動に意味を与え、なぜその仕事で働くのかを明確にする価値をあらわす。

2. 理論の内容

(1) 位置づけ

キャリア構築理論はサヴィカスが唱えた理論であり、パーソンズからホランドに至るマッチング理論（特性因子理論）、スーパーのキャリア発達理論などを統合・発展・展開した 21 世紀のキャリア理論と位置づけられる。特にグローバル化が進む変化の激しいキャリア環境に適合するように、キャリア発達理論をアップデートするにあたって、**構成主義、構築主義、文脈主義**などの考え方を取り入れ、意味や解釈、物語といった概念を重視する。現在、職業や仕事の側に外的・客観的な意味を求めても、それが適切に与えられない場合が多くなっている。そのため、人は自らの人生を一連のストーリーとして解釈し、自分の中に内的に意味や価値を認め、そこに安定性を見出す必要がある。したがって、キャリア構築理論は、最も端的には、職業行動に意味を挿むことでキャリアを作り上げるという主張と説明される。キャリア構築理論には 3 つの重要概念がある。職業的パーソナリティ (vocational personality)、キャリア適合性 (career adaptability)、ライフテーマ (life theme) である。

(2) 職業的パーソナリティ

職業的パーソナリティは、「個人のキャリアに関連する能力、ニーズ、価値

観、関心」と定義される。これだけを見た場合、従来の特性因子論、マッチング理論、人-環境適合 (person-environment fit) の延長線上にある概念である。ただし、従来のマッチング理論が人と環境のマッチングを目指し、人の職業興味や職業適性などの特性をある程度厳密に測定しうる客観的なものと捉えたのに対して、職業的パーソナリティは人と環境を適合する概念ではなく、人と環境がどの程度あてはまりそうなのか示す手がかりであると見る。その上で、人と環境の適合性とは静的でも固定的でも厳然と客観的に存在しているものでもなく、むしろ、人々の解釈や理解によるものであり、容易に変化しうる動的なものであり、その意味で主観的なものであり、そのように捉える方が現実には即しているとする。

(3) キャリア適合性

キャリア適合性は「現在あるいは直近の職業的発達課題、職業的移行、個人的トラウマなどに対処するための個人のレディネスおよびリソース」と定義される。従来、人 (person) と環境 (environment) の適合性 (P-E fit) を論じるにあたっては、PなりEなりを細かく論じることが多かった。それに対して、サヴィカスはむしろPとEに挟まれた「-」を論じる。PとEが完全にフィットすることはなく、継続的にPとEに対する意味づけや解釈を変化させていきながら次第に両者を近づけていくことでキャリアを作り上げていくことが重要となる。従来からあるキャリア発達課題は、世間一般が人々に期待する年代別のキャリアの課題を示すという意味で、キャリアを考える際の一定の枠組みを提供する。一方で、いわばそうした常識的なキャリアの捉え方に個人独自の解釈から対処・対応するための考え方が重要となる。これがキャリア適合性であり、関心度、コントロール、興味、自信の4次元がある。なお、これらの議論は従来のスーパーやクライツらが行っていたキャリア成熟度の議論を現代的にリニューアルしたものと位置づけられる。

(4) ライフテーマ

ライフテーマは、職業生活のもっとも主観的な部分に関わるものであり人々の職業行動に意味を与え、なぜその仕事で働くのかを明確にする。ライフテーマは解決されるべき問題や到達する必要のある価値をあらわす。したがって、サヴィカスは、何に心が奪われているか (preoccupation) が問題なのであって、その解決を少なくとも仕事の場面で行うものが職業 (occupation) であるとも述べる。また、構築という言葉のうちには、1人だけではなく、社会や他者との関わりによってキャリアが構築されるという意

味も含む。そのため、カウンセラーの中心的な役割とは、個人がライフテーマを見つけるのを助けることであり、そのテーマを仕事の世界で活かす道とともに考えることとなる。そのことで、人々は個人的な深い意味を知ったり、社会に向けて貢献したりすることとなる。長期的な目標を追求しつつ統一感のあるキャリアを形成することが難しい現状で、ともすればバラバラになりそうな我々のキャリアに統一感のある意味や価値観を与える解釈の枠組みが「ライフテーマ」である。

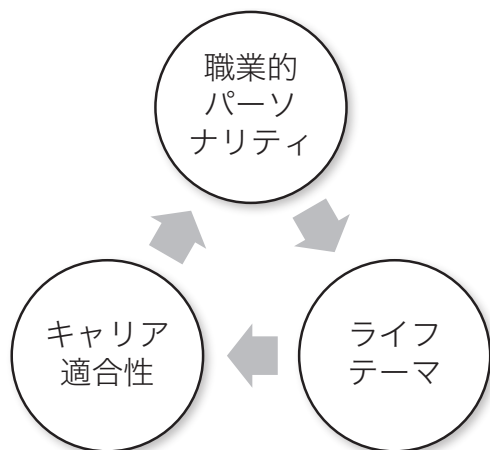


図 キャリア構築理論の3つの要素

3. 職業相談場面との関わり

キャリア構築理論を用いた実践では、各人の「ライフテーマ」を明らかにすることが最も重要な課題となる。サヴィカスはそのために次のような質問を用意している。

『あなたのキャリアを作り上げるために、どうすればあなたのお役に立てるでしょうか？』

- ①大人になる時、誰を尊敬していましたか。その人について教えてください。
- ②あなたは、定期的に、何か雑誌を読んだり、テレビ番組を見たりしていますか。どちらか1つだけですか？ そうした雑誌やテレビのうち

好きなのは何ですか？

- ③あなたの好きな本は何ですか？ どんなお話か教えてください。
- ④あなたの好きなことわざやモットーを教えてください。
- ⑤あなたのいちばん最初の思い出は何ですか。あなたが思い出せる出来事についてお話を3つ聞きたいと思います。3～6歳ぐらいの出来事、もしくは、あなたが覚えているいちばん初めの出来事についてお聞かせください。（詳しくは、次項「キャリア構築インタビュー」も参照のこと）

職業相談場面においては、通常、こうした深い相談が難しいと考えられている。しかしながら、一般の利用者が何らかの職業相談サービスを提供する機関を訪れる機会は多くない。したがって、むしろ、こうした機会をとらえて、改めてライフテーマを振り返り、改めて考える機会を提供するなど、積極的に提供したい。特に、サヴィカスは、失業や転職など、本人のキャリア上の危機の時こそ、ここで言うライフテーマの確認が重要であり、必要でもあると述べる。次の就職に向けて様々な準備をする一環として、自分が本当に何を大切に思っているのか、何のために働きたいと思っているのかを考えることは重要である。また、表面上、遠回りに見えても、こうしたテーマについて自問自答することによって、次の就職先はかえって見つかりやすく、納得のいく働き方が可能になると言うこともできる。

参考文献

- 安達智子・下村英雄（2013）. キャリア・コンストラクションワークブック—不確かな時代を生き抜くためのキャリア心理学— 金子書房
- 下村英雄（2015）. コンストラクション系のキャリア理論の根底に流れる問題意識と思想 渡部昌平（編）社会構成主義キャリア・カウンセリングの理論と実践—ナラティブ、質的アセスメントの活用 福村出版 1-43.

（下村英雄）