

# 第40回 九州共立大学 後援会総会 就職講演会

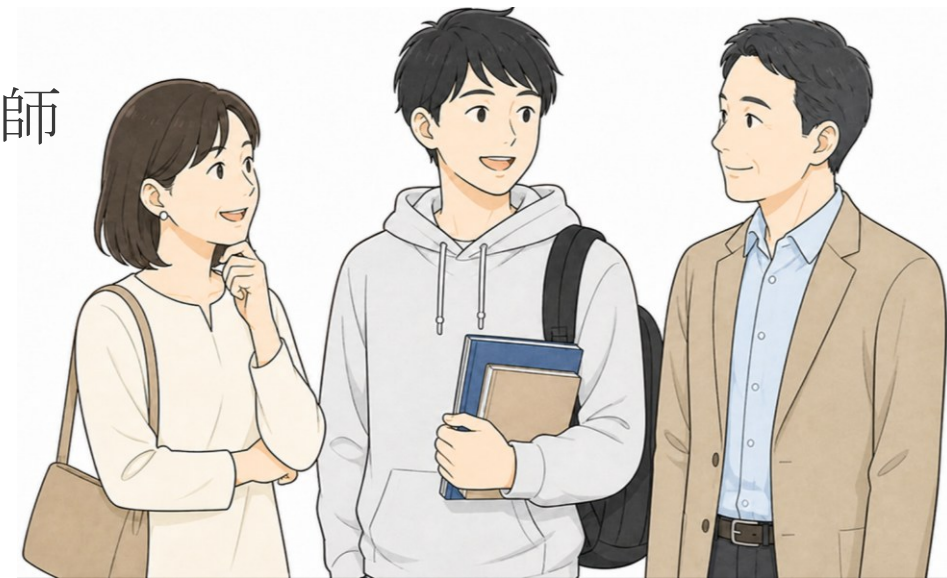
## 親子の対話が変わる！ 保護者の「伴走型」就職活動支援

～今の就活を知り、コーチングで子どもの背中を押す手法～

キャリア支援課 キャリアカウンセラー・非常勤講師

キャリアコンサルタント 落合弘子

2026年6月6日（土）14：50～15：30



# 講師プロフィール 落合 弘子



## 〈現在の講師業〉

- ・ 非常勤講師  
九州女子大学  
九州共立大学  
九州産業大学
- ・ 企業研修講師

## 〈経歴〉

- ・ 田中貴金属工業株式会社
- ・ 株式会社 4°Cホールディングス
- ・ NBC長崎放送株式会社
- ・ アナウンススクール講師
- ・ 企業研修講師
- ・ 大学非常勤講師

## 〈資格〉

- ・ 国家資格キャリアコンサルタント
- ・ マナー・プロトコール検定講師
- ・ JADPハラスメント対策マネジャー
- ・ 茶道裏千家講師
- ・ 健康管理士一般指導員
- ・ 小型船舶操縦士1級、他

# INDEX

1

## 就活の「常識」アップデート

親世代との違いを理解し、  
現代の就活環境を知る

2

## 伴走型の対話術

コーチング・アイメッセージ  
・バックトラッキング

3

## ケーススタディ&ワーク

実践的な対話例で理解を  
深める

4

## キャリア支援課の活用

大学のサポートを  
最大限に利用

5

## 質疑応答

ご質問・ご相談

# 就活の「常識」アップデート

親世代とは異なるスケジュールの早期化、ルートが多様化、雇用形態の変化を理解し、現代の就活環境に合わせた適切なサポートを行いましょう。

比較項目	親世代の常識	現代の就活（アップデート）
スケジュール	大学4年の春解禁・短期間での活動	<b>大幅な早期化</b> 大学3年の夏から活動開始
就活ルート	ナビサイトエントリー・学校推薦	<b>ルートの多様化</b> SNSや採用エージェントで選択肢拡大
雇用形態	メンバーシップ型雇用 (ポテンシャル採用)	<b>ジョブ型雇用</b> スキル・資格重視、ガクチカと自己PR

# 伴走型の対話術：コーチングとは

親は「監督」ではなく「**伴走者**」です。コーチングは親子関係を良好に保つための鍵。共感を持って寄り添うことで、よりオープンなコミュニケーションが生まれます。

## ✖ 指示（ユーメッセージ）

「大手に行きなさい！」

→ 大手＝正解？その他＝失敗？

「親の期待に応えなきゃ」という気持ちが大きくなり、ミスマッチが生まれる  
プレッシャーとなり、距離が生まれることも

## ✔ 問いかけ（コーチング）

「  
「  
「

→ 自分の価値観を大切に、挑戦や成長を考えたり、自信を持つきっかけになります。

# オープン・クエスチョンで対話を深める

## オープン・クエスチョンの活用

子どもの意見や考えを引き出すには  
オープン・クエスチョンが有効です

「こんな仕事がしたいな、とか何か  
ある？」と問いかけてみましょう

## 親のサポートの姿勢

一方通行の指示ではなく、共に考える  
姿勢が大切です

子ども自身が答えを見つけられる様、  
成長を促すことが重要です

## 心を開く関係づくり

効果的な問いかけは、子どもとの信頼  
関係を築く手助けになります

親が興味を持つ姿勢を見せることで、  
対話がより深まります

# アイメッセージ&バックトラッキング

## 💬 アイメッセージで気持ちを伝える

### ✖ ユーメッセージ

「(あなたは)  
何でやらないの！」

→ 攻撃的な言い方は子どもに負担をかけます。



### ✔ アイメッセージ

→ 感情を大切に伝えることで、より良い対話が生まれます。

## 👂 バックトラッキングで傾聴する

### ✖ 否定

「それはちがうでしょ」  
と頭から否定する

→ 「わかってくれない」と心を閉ざしてしまう



### ✔ バックトラッキング

→ 肯定してくれることで、守ってくれる存在だと認識する

# ケーススタディ：コーチングの実践

指示から問いかけへ変えるだけで、対話の質が大きく変わります。

場面	✖ 指示型の言葉	✔ コーチング型の問いかけ
就職先について	「公務員が安定してて良いよ」	「 」
エントリーシートについて	「エントリーシートは、 もうどこかに出したのよね？」	「 」

- ① 問いかけに変えることで、子どもが自分の価値観や考えを言語化するきっかけになります。  
親は答えを押しつけず、子どもの思考を引き出す「伴走者」になりましょう。

# ケーススタディ：アイメッセージの実践

「あなた」を主語にした言葉を「私」を主語に変えるだけで、子どもへの伝わり方が大きく変わります。

場面	✖ ユーメッセージ	✔ アイメッセージ
朝の準備	「いつまで寝てるの！ 早く準備しなさい！」	「 」
就活の進捗	「内定が出るまで、 遊んでる場合じゃないでしょ！」	「 」

- ① アイメッセージは「私は～と感じている」「私は～が心配」という形で伝えます。  
子どもを責めるのではなく、親の気持ちを正直に伝えることで信頼関係が深まります。

# キャリア支援課を使い倒そう



## キャリア支援課の役割

就職活動をサポートする専門的な窓口です。相談やアドバイスが受けられる大切な存在です。



## サポート内容

相談・提案・エントリーシートへの添削・模擬面接など、幅広いサービスを提供しています。



## 情報収集と視点の転換

親子間で煮詰まったときは、キャリア支援課へ。第三者の意見が新たな視点をもたらします。

# まとめ：子どもの背中を押すために

## 🔍 就活を知る

スケジュールの早期化・ルート  
の多様化・ジョブ型雇用へ  
の変化を理解する

## 💭 対話を変える

指示ではなく問いかけ。アイ  
メッセージとバックトラッキ  
ングで信頼関係を築く

## 😊 支援課を活用

キャリア支援課を積極的に  
活用し、第三者の力も借り  
ながら子どもを支える

親が「伴走者」として寄り添うことで、  
子どもは自分の力で道を切り拓いていきます。

