



日本体育大学体育学部
教授

本間啓二

職業レディネス・テストを 活用した自己理解

人が自分と向き合ったり、自分を
知ることが必要となる場合の多くは、
困ったことに遭遇したときです。重要
な決断をしなくてはならなくなったと
きに様々な情報を収集していきませ
が、その中に、自らに関する情報も収
集し、適切な意思決定の判断材料とし
ていきます。自分はこれまで同様の問題
にどのように対処したか、どのような
価値を優先し事を進めてきたか、など
改めて自己理解を深化させ、結論へと
近づけていきます。

進路の選択は人生の中でも重大な意
思決定の場面です。慎重になり、迷
い、不安になっていくことは当然のこ
とだと思えます。人生は養育される立
場から自立する立場へと段階を踏んで
進んでいきます。進路指導は、そのプ
ロセスを支援することではないでしょ
うか。

職業レディネス・テストは、職業経
験のない、人生経験の未熟な若者に向
け、職業世界の側面から自己理解を進
めることができるように、職業興味の
視点から科学的に検証されたパーソナ
リティ検査です。しかし、中学生、高
校生の時期における職業興味は、様々
な活動や経験によって大きく変化する
可能性があるため、検査結果を固定的
に捉えたり、結果で判定しようとする
ことは避けなければなりません。

職業レディネス・テストは、職業に
対する興味、関心を測るとともに、そ

の職業に関する職務遂行の自信度
についても捉え、総合的に解釈を行いま
す。また、興味や自信がどの程度分化
しているか、全体的なレベルはどうか
という観点からの解釈も行い、生徒の
職業興味の発達という観点からその全
体像を理解するような視点も含んでい
ます。

どのような検査であっても、使い方
を間違えたり、いい加減な使用の仕方
をすると効果を失うどころか、マイ
ナス効果が現れてしまいます。検査実
施前には、これから将来の進路を考え
ていくことが重要であり、段階的、計
画的に自分の進路選択を進めていく手
順の一つとして検査があることを解説
しておくことが重要です。医療の世界
に説明と了解の上で治療を進める考え
が、インフォームド・コンセントとし
て推進されていますが、適性検査等も
同様に十分な説明と了解の基に実施す
る必要があります。

職業レディネス・テストでは、検査
の実施や集計、「結果の見方・生かし方」
の実施も全て生徒自身に行わせること
を原則としています。一連の実施過程
を経験することで、自らの職業に対す
る志向性に気付き、プロフィールの解
釈や職業世界の理解を深めることがで
きます。さらに職業興味以外の日常の
行動傾向からも自分の特性を知ること
ができるなどのキャリア・ガイダンス
機能を持った学習教材といえます。

「結果の見方・生かし方」のWORK 1
には、表紙と同様に氏名欄があります。
この理由は、教員がこの頁のコピーを
取って生徒の進路情報、生徒理解や三
者面談などの資料として使うことを考
えて設定してあります。「結果の見方・
生かし方」自体は生徒自身が持ち帰り、
家庭で進路を考える資料として活用す
るためです。ここでのプロフィールは
85パーセント以上順位以下に網掛けが
あり、得点が高いことを示しています。
15パーセント以下順位以下は低いと解
釈しますが、低いことを悪く解釈する
可能性があるため、網掛けを入れてい
ません。WORK 2では、高い得点と
低い得点の差を計算して、分化の程度
を見ます。興味領域としては好きな領
域と嫌いな領域の差が大きいことがよ
く、分化が大きいと職業的志向性が明
確になっていると解釈しています。引
き続きWORK 3や時間内にできなけ
れば宿題とするWORKプラスがあり
ます。

結果の解釈に関しては、生徒自身の
経験や判断などと比較したり、確認す
るなどして、自己理解を深めるため
に活用します。結果を押しつけるよう
な返却をしてはいけません。結果はグ
ループで共有することも可能ですし、
ジョハリの窓の手法を取り入れて、さ
らに友人からの見立てを入れるなど、
活用の幅を広げることが大切です。

(職業レディネス・テスト「第3版」改訂委員会
ワークシート部会委員)