



論述の型ノート

協議会の論述試験
設問1～4の書き方を、
1ページ1テーマでまとめました。

試験のかたち

50分

記述式・4問

字数指定なし

解答欄の行に収める

40%以上

論述の合格に必要な配点

4問のながれ

設問1	相談者が相談したいこと	10点
設問2	キャリアコンの応答の意図	10点
設問3①	相談者の問題（見立て）	10点
設問3②	その根拠	10点
設問4	今後の支援の方針	10点



モヤン

「具体性が足りない」って、また言われた…

サニー先生

大丈夫。発言 → 見立て → 支援の1本の線で書こう！





設問1・設問2の型

まずは、相談者の話と、キャラコンの応答を読み取る2問。

設問1 相談者が相談したいこと

書き出しの型

相談者は、～という状況の中で、
～について相談したい。

ポイント

相談者が**言っている**困りごとを書く。
相談者のことばで書き、
自分の解釈は入れない。

設問2 下線部の応答をした、キャラコンの意図

書き出しの型

相談者の「～」という発言を
受けて、～するために、
～と応答した。

ポイント

意図の例：

- ・気持ちを受け止める
- ・話を具体的にする
- ・気づきをうながす
- ・事実を確かめる

技法の名前だけで終わらせない。



サニー先生

設問1は相談者が**言っている**こと。
設問3①はキャラコンから**見えている**こと。
この2つを分けて書こうね。





設問3・設問4の型

設問3は①②あわせて20点。いちばん大きい問題です。

設問3① 相談者の問題（キャラコンから見た見立て）

書き出しの型

～が不足している／
～と思い込んでいると考えられる。

ポイント

キャラコンから
見えている問題を書く。
設問1とのちがいは、
相談者がまだ気づいていないこと。

設問3② その根拠

書き出しの型

「～」という発言から、
～と考えられるため。

ポイント

事例のことばを
「」で入れる。

設問4 設問3をふまえた、今後の方針

書き出しの型

まず～のため～を行う。
そのうえで、相談者が
～できるよう支援する。

ポイント

設問3で挙げた問題
すべてに、支援を書く。





具体的に書く、3ステップ

「だれにでも言えること」を、**その事例のことば**に置きかえる。



たとえば、こんな事例

このノートのためにつくった架空の相談者です。

Aさん

事務職10年

部署がなくなり、
転職を考えはじめた

「部署の間の調整や問い合わせ対応ばかりで、
専門的なことは何もしてきませんでした。
私には何のスキルもないんです」



サニー先生

次のページで、この**Aさんの事例**を使って
書きくらべてみよう。





ぼんやり → 具体的に

前のページのAさんの事例で、書きくらべてみよう。

設問3①

ぼんやり

自己理解が不足している。

具体的に

事務職として積み重ねた調整の経験を、自分の強みとして捉えられていないと考えられる。

設問3②

ぼんやり

自信がなさそうだから。

具体的に

「私には何のスキルもない」という発言から、これまでの経験を振り返れていないと考えられるため。

設問4

ぼんやり

自己理解を深める支援を行う。

具体的に

まず、業務で工夫したことを一緒に振り返り、調整の経験をことばにする。そのうえで、その強みが生かせる仕事を、相談者自身が調べられるよう支援する。

置きかえの合いことば

「自己理解」

何についての理解？

「支援する」

何を使って、
何のために？

「不安そう」

どの発言から、
そう言える？



モヤン

「それ、どの発言から？」って
自分に聞けばいいんだね。



サニー先生

そう！それが具体性のコツだよ。





問題と支援は、セットで書く

設問3の問題は1～2つにしぼる。設問4では、そのすべてに支援を書く。

	自己理解の不足	経験を振り返り、強み・価値観・興味をことばにする。必要ならアセスメントツールも使う。
	仕事理解の不足	仕事の中身や求められる力を、相談者が自分で調べられるよう支援する。
	思い込み 「～しかない」	そう考える根拠を一緒に確かめ、別の見方ができないか問いかける。
	自己効力感の低下	うまくいった経験を振り返る。小さな目標から試せるよう支援する。
	コミュニケーション不足	何をどう伝えるかを一緒に整理し、相談者が自分で話せるよう支援する。
	見通しがない・ 決められない	選べる道を書き出してくらべ、相談者自身が選べるよう支援する。
	心や体の不調が うかがえる	無理に深く聞かず受け止め、必要に応じて医療機関などにつなぐ（リファー）。

※学びピクニックの案です。養成講習のテキストとちがうときは、テキストを優先してね。





書く前・書いたあとのチェック

書き終えたら、ここで見直そう。

書く前

事例を読みながら

- ☐ 気になる発言に線を引いた
- ☐ 「～しかない」など思い込みを拾った
- ☐ 問題を1～2つ決め、根拠の発言と結んだ

書いたあと

書き終えたら
最後の見直しに

- ☐ 設問3②に、事例のことばを「」で入れた
- ☐ 設問4が、設問3の問題すべてを受けている
- ☐ 「まず・そのうえで」の順番がある
- ☐ 「～のため」で、何のためかを書いた
- ☐ 事例にないことを、想像で書いていない
- ☐ 決めつけず「～と考えられる」で書いた
- ☐ アドバイスでなく
「相談者が～できるよう」と書いた
- ☐ 解答欄の行からはみ出していない



サニー先生

できなかった項目が、次に直すこと。1つずつ直せば大丈夫だよ。

モヤン

このチェックで練習をくり返して、
自信をもって本番にのぞむね！

