

2026年 7月16日発行

進路通信 「未来への扉」 7月号

進路支援部発行

1. 進路支援部長より『ネットでの口コミ評価』に対するあるべき対応について

高度情報化の時代の中で、進路選択、大学選択などにおいても、いかに必要にして、適切な情報を手に入れていくのかは、重要な問題になってきます。その際、皆はどういう所から情報を得ているのでしょうか。

文科省や大学のホームページや有名予備校、受験業界、各種受験ユーチューバーの発信、SNS などでの口コミなど、多種多様な情報源が存在しています。そういう中で、手軽だからということで、各種口コミや SNS を利用している人も多いようですが、それらの使用には注意が必要です。

1. 投稿者の「偏り」

ネットに口コミを書く人は、全体のほんの一握りです。強い感情の表れ：極端に不満がある人、または熱狂的なファンしか書き込みません。サイレントマジョリティ：満足している大半の普通の学生は、わざわざ書き込みません。不満のハケ口：大学生活が上手くいっていない人が、環境のせいにするために書く傾向があります。

2. 「匿名性」が歪める情報の恐ろしさ

顔が見えないネット空間では、情報の信頼性が著しく低下します。無責任な発言：嘘や誇張、事実誤認があっても、投稿者は責任を負いません。トロール（荒らし）行動：他人の不安を煽る目的で、わざと過激な言葉を使う人が存在します。また、ライバル校の工作：稀に、他校の評価を下げるための意図的なネガティブキャンペーンもあります。

3. 主観と客観の「ズレ」

口コミはデータではなく、あくまで「個人の感想」です。 mismatches の裏返し：その大学が悪いのではなく、投稿者の「期待」と違っただけの場合が多いです。授業への逆恨み：自分が単位を落としたり、厳しい指導を受けたりした腹いせに悪評を書くケースが多々あります。他力本願な姿勢：自主的に行動せず「大学が何もしてくれない」と愚痴を言っているだけの書き込みも目立ちます。

4. ネット評価に依存するリスク

口コミを信じすぎると、進路選択において大きな不利益を被ります。認知の歪み：1 件の悪い評価を見ただけで、100 件の素晴らしい実績や長所が見えなくなります。可能性の排除：自分に合うかもしれない校風やカリキュラムを、他人の一言で切り捨てることになります。他人の人生の模倣：ネットの評判通りに選んだ道は、本当に「自分が進みたかった道」とは言えません。

自分の人生の大事な岐路を決めるための重要な情報は、まずは公式な、公的なサイトで確認する、この原則を守った上で、複数の情報を比較検討してゆくという対応が必要です。1つの情報を鵜呑みにしないこと、他者の評価に過敏になること、いずれも進路選択をする主体性に欠けることになるので、注意していこう。

2.『インターンシップ(職場体験)・看護医療体験・オープンキャンパス』のススメ

この夏、皆さんの中には、インターンシップ(職場体験)・看護医療体験・オープンキャンパスなどに参加し、自分の目で「現場」を見る経験・体験を積む人がいます。実際に目で見て、直接、疑問に思っていたことを質問して、納得できれば大きな成果ですし、「何か違うな、思っていた感じではない」という「違和感」を感じることもあります。進路選択を控える皆さん、この夏は、「無意識の偏見(アンコンシャス・バイアス)」に注意しましょう！

私たちは、自分の思い込みに沿った「都合の良い情報」ばかりを信じてしまう傾向があります。「フェイク(嘘)情報」に惑わされず、「納得のいく選択」をするためには、進路を見極める自分の目を鍛える必要があります。自分を「客観視するメタ認知」を働かせ、情報を「冷静に分析する力」が必要です。

自分の本当の希望を再確認するためにも、実際に「現場を見る経験・体験」が必要になります。自分の中に「無意識の偏見(アンコンシャス・バイアス)」を捨て、後悔のない進路実現への鍵を見つけてください。納得のいく夏にしましょう！

納得のいく進路選び：無意識の偏見(バイアス)を乗り越える夏

進路選択を控えた人が、無意識の偏見(アンコンシャス・バイアス)に気づき、客観的な視点で後悔のない決断を下せるよう促す。

陥りやすい「無意識の偏見」の罠

思い込みに沿った「都合の良い情報」ばかり信じてしまう

自分の考えを正当化する情報に偏り、フェイク情報に惑わされるリスクがあります。

納得のいく選択をするための「3つの処方箋」

- 1 「メタ認知」で自分を客観視する
自分の思考を冷静に分析し、情報を客観的に捉え直す力が必要です。
- 2 多様な視点を持つ人と対話する
他人の評価に流されず、対話を通じて自分の本当の願いを再確認します。
- 3 「自分は変わる」と信じて一歩踏み出す
周囲の固定観念を捨て、自分自身の幸せと誠実に向き合うことが鍵となります。

3.今後の進路関連行事(予定)

「生活習慣」を崩さないためには？

「起床時間」「就寝時間」「学習時間」を決めて、学習時間を確保しよう！

「3点固定」して生活のリズムを整えよう！ 学力は、夏の取り組み方で伸びます！

「図書館・自習スペース」を活用して「自学自習」の時間を！

夏季休業中の課題を早めに終わらせ、プラスαの課題に取り組もう！

「基礎力」の養成と「応用力」の養成へとつなげよう！

7月 21 日(火)・・・1・2年生 前期補習開始 ～27日(月)まで 3年生 ～31日(金)まで

7月 21 日(火)～23 日(木)・・・2年生 学習合宿

8月 2 日(日)・・・3年 全統マーク模試(校外)

8月 3 日(月)～5日(水)・・・3年 特別講座

8月 17 日(月)～25 日(火)まで・・・全学年 後期補習開始

8月 23 日(日)・・・3年 全統模試(校外)

9月 1 日(火)・・・始業式

4.新聞記事で進路意識を高めよう！