

2010年度実践報告：短大生のためのライフスキル教育 —成果と可能性—*

平野多恵**

はじめに

十文字学園女子大学短期大学部文学科国語国文専攻では、短大における学びのなかで「生きる力」をはぐくむため、平成22年度から一年次の必修授業「基礎講読」でライフスキル教育を取り入れた。本学でライフスキル教育を行うことにしたのは、本誌掲載の拙稿「短期大学におけるライフスキル教育の必要性」で述べた通り、就職を控えた学生たちに社会をしなやかに生き抜く力を身につけてもらいたいと考えたからである。

現在のところ、ライフスキル教育は小中学生を対象にすることがほとんどで⁽¹⁾、短大・大学の高等教育機関で継続的に取り組んだ例は多くない。大学における取り組みのなかで、文部科学省の学生支援GP「新たな社会的ニーズに対応した学生支援プログラム」で採択された信州大学の「個性の自立を《補い》、《高める》学生支援—発達障害にも対応できる人間力向上支援プログラム—」（平成19年度～平成22年度）は特筆される。同プログラムでは「ライフスキル支援部門」が設置され、ワークショップを使ったライフスキル向上プログラムが実施された⁽²⁾。

ライフスキル教育研究を先導してきた皆川興栄が、尚美学園大学において初年次教育におけるライフスキルトレーニング・プログラムの開発を実施したことも重要な動向である⁽³⁾。ライフスキル教育の専門家が、大学の初年次教育を卒業後の生き方に影響するものと捉え、そこにライフスキル教育を導入した事実は、それが高等教育機関においても重要であることを物語る。この研究は、大学の初年次教育におけるライフスキル・トレーニングのプログラムを具体的に提示したもので、大学におけるライフスキル教育の具体的な提案として貴重であり、授業での実践報告が待ち望まれる。

その他、短大・大学における実践としては、ライフスキル教育はアメリカで開発された時点から健康教育との関わりが深い⁽⁴⁾ため、スポーツや健康教育において導入する事例が多く、とくに近年、その取り組みが増えている⁽⁴⁾。心理学からのアプローチも行われており、東京工業大学の学生へのアンケート調査に基づき、大学生のライフスキルを多面的に測定できる多次元の尺度を開発した事例もある⁽⁵⁾。

* A Practical Report of Life Skills Education for Junior College Students

** Tae Hirano 十文字学園女子大学短期大学部 文学科国語国文専攻 (Japanese Language and Literature)

キーワード：ライフスキル教育 ワークショップ 初年次教育 キャリア教育 スタディスキル

キャリア支援に関わる取り組みとしては、高校生のキャリア支援を意識した心理学の授業が開発されているが⁽⁶⁾、短大や大学のキャリア教育を念頭においた例は少ない。本学では必修授業で継続的にライフスキル教育を行っているが、先にあげた信州大での取り組みは、必修授業のうちの一部をライフスキル教育にあてたり、希望者に限定して授業外で行ったりするもので、必修授業における取り組みではない。スポーツ教育で導入される場合は運動部での事例報告が多く、全学的な取り組みとはいえない。

こうしたなかで、本学のような教養系の短期大学で、通年にわたって継続的に全体的なライフスキル教育を行った例は管見の限り知られない。そうした点から、本学の取り組みは教養系短期大学の初年次教育における継続的なライフスキル教育の実践報告として大きな意義を持つ。

本学は学生たちの現状をふまえ、平成24年度に「表現文化学科」として改組する。新学科では、従来の二専攻を統合し、「文化デザインコース」「日本語・日本文学コース」「英語コミュニケーションコース」の三コース制をとる。新カリキュラムでは「基礎ゼミ」を創設し、ライフスキル教育に取り組むことになる。平成22年度の学内共同研究「ライフスキルを中核とする短期大学における初年次教育」（代表：東聖子）は、改組後の本学における「ライフスキル教育」の可能性を探るものである。

以下、平成22年度に実施した国文専攻における授業実践について報告し、今後のライフスキル教育に向けての足がかりとしたい。

1 授業の概要

前述の通り、本学では国語国文専攻の1年次必修授業「基礎講読」において、平成22年度からライフスキル教育を導入した。「基礎講読」は専任教員が担任をつとめるクラス単位の通年必修授業である。担任は従来からこの授業を通じて各学生の特徴を十分に把握し、学生にきめ細かく対応してきた。一年間、クラスの学生とじっくり向き合って、その成長を見守っていける点で、この授業はライフスキル教育を軸とする初年次教育を展開するのにふさわしい。これまで授業内容は各担任の裁量にまかされてきたが、ライフスキル教育を導入するにあたり、専攻全体で統一をはかり、担任が毎週あつまって授業の報告と検討を行った。

以下、全30回（前期15回、後期15回）の授業一覧をあげる。ライフスキル教育をベースした初年次教育の試みである。30回すべてをライフスキル教育で統一したわけではなく、ライフスキルの他、本学での学びをスムーズにするためのスタディスキルや、就職活動をふくむキャリア形成、芸術文化、日本語に関わる授業も含む。これは、人文系の教養教育を行う本学の初年次教育にふさわしく、本授業を全人的な成長を促すものにしたという考えによる。以下、各回タイトル冒頭に授業のジャンルを示すマーク（◆ライフスキル、◇スタディスキル、●キャリア形成、○芸術文化、□日本語）を付しておく。

【前期】

- 1 ◇自己紹介・授業履修指導
- 2 ◆自分を知る（自己紹介シート記入、同シートでペアワーク）

- 3 ◆友人を知る（自己紹介シートでペアワーク、友人紹介プレゼンテーション）
- 4 ◆「わたしは誰？」（個人ワーク）の後、自己紹介文を書く
- 5 ◇図書検索演習
- 6 ◇◆図書館ツアー、自己紹介文の返却・講評
- 7 ◇ノートの取り方
- 8 ◆「クルーザー」（グループワーク）：他者の考えを理解し、価値観の違いを知る
- 9 ◆「第一印象」（グループワーク）：第一印象について考え、自己認識を深める
- 10 ◆「まる・さんかく・しかく」（全体ワーク）：コミュニケーションの重要性を学ぶ
- 11 ○講談入門（特別講師：日向ひまわり氏）
- 12 ●身をきたえ心きたえて（学園創立者「十文字こと」に女性の生き方を学ぶ）
- 13 □敬語1（問題演習、ロールプレイ、解説等）
- 14 □敬語2（同上）
- 15 ●就職活動ガイダンス1（社会人基礎力を身につける）

【後期】

- 16 ◆1分間プレゼンテーション1（テーマ「私の夏休み」）
- 17 □日本語力確認テスト、採点、解説
- 18 ◆「前向き？後ろ向き？」（グループワーク）：ポジティブシンキングを学ぶ
- 19 ◆1分間プレゼンテーション2（テーマ「私を〇〇にたとえると……」）
- 20 ◆1分間プレゼンテーション3（テーマ「私の宝物」）
- 21 ◆クラス混合プレゼンテーション（クラス混合、テーマ「無人島に持って行く物」）
- 22 ◆傾聴力（グループワーク）：人の話を聞くときの態度・方法を学ぶ
- 18 ○能楽ワークショップ講義編（特別講師 井上愛氏）
- 19 ○能楽ワークショップ実践編（特別講師 鶴澤光氏）
- 25 ◆「ほめごろシート」（グループワーク）、自己PR1分間プレゼンテーション
- 26 ●履歴書作成のポイント（講義）
- 27 ●面接のポイント（ロールプレイ、講義）
- 28 ●就職活動ガイダンス2（先輩の体験談を聞く。履歴書の返却・講評）
- 29 ●◆企業研究、春休みの過ごし方（講義）
- 30 一年間のまとめ、アンケート（ライフスキル・授業評価等）

2 ライフスキル教育の成果——授業アンケートから

第30回目の最終授業において、本授業に関するアンケートを行い、以下の（1）～（6）についてたずねた（回答数：57）。

【2010基礎講読（ライフスキル）アンケート】

- （1）高校までにライフスキルに関する授業を受けたことがありますか。「はい」「いいえ」のどちらかに○を付け、「はい」を選んだ方は、いつ頃、どのような授業を受けたかを具体的に記入してください。

- (2) 全30回の授業リスト(上記の1~30)のなかから、自分にとって良かった、役に立った、もっとやりたいと思う内容の授業とその理由を3つ選んで記入してください。
- (3) 授業で行ったワークショップのうち、自分にとって良かった、役に立ったと思う内容の授業番号とその理由を3つ選んで記入してください。
- (4) 改善したほうがよいと思う内容の授業番号を記入してください。該当の授業について、どう改善したらよいかについても書いてください。
- (5) この授業を通して、授業前より向上したと思う力にいくつでも○を付けてください。
1:話す力、2:聞く力、3:考える力、4:書く力、5:まとめる力、5:コミュニケーション力、6:積極性、7:主体性、8:柔軟性、9:リーダーシップ、10:その他
- (6) この授業を良くするためのアイデア・ご意見、あるいは一年間の授業を受けての感想を自由に記入してください。

(1) ライフスキルに関する授業経験

「はい」(8名)、「いいえ」(48名)、無記入(1名)という結果であった。「はい」の8名が学んだ時期は、小学校から高校でが1名、高校でが5名、中学・高校でが2名。「いいえ」と回答したのは84.2%と大勢を占め、「はい」は8名で14.0%。「はい」と応えた回答の授業内容を見ると、本稿で述べるライフスキルに該当するのは「話が通じるかどうか」「自己PRプレゼン」「ディベート」「ディスカッション」で、残りは「図書館の利用法」「敬語」「ミュージカル鑑賞」「面接練習」「小論文の練習」だった。この実態から考えて、9割以上の学生が「ライフスキル」を短大入学後にはじめて学んだことになる。

(2) 高評価の授業 * ()内の数字は回答数を示す(以下同)。

1. 自己紹介・授業履修指導(9)、2. 自分を知る(4)、3. 友人を知る(4)、4. わたしは誰?・自己紹介文(2)、5. 図書検索演習(1)、6. 図書館ツアー(3)、7. ノートの取り方(1)、8. クルーザー(10)、9. 第一印象(5)、10. まる・さんかく・しかく(3)、11. 講談入門(13)、12. 身をきたえ心きたえて(4)、13. 敬語1(8)、14. 敬語2(1)、15. 就活ガイダンス1(2)、16. 1分間プレゼン1(7)、17. 日本語力確認テスト(4)、18. 前向き?後向き?(7)、19. 1分間プレゼン2(3)、20. 1分間プレゼン3(4)、21. クラス混合プレゼン4(12)、22. 傾聴力(8)、23. 能楽ワークショップ講義編(2)、24. 能楽ワークショップ実践編(7)、25. ほめごろシート(3)、26. 履歴書作成のポイント(6)、27. 面接のポイント(3)、28. 就活ガイダンス2(9)、29. 企業研究(2)、30. 一年間のまとめ(1)

10人以上の学生が良いと評価した授業は、「11. 講談入門」「21. クラス混合プレゼン4」「8. クルーザー」の三つであった。

「11. 講談入門」は、女性講師として活躍されている日向ひまわり氏と古典芸能に詳しい仲野基道氏を講師に招いて行った。仲野氏による丁寧な解説と日向氏による迫力ある講談に加えて、学生自身が舞台上で講談の語りを体験した。「このような機会がなければ見ることができなかった」、「実際に生で見られて、体験も出来たのでとてもよかった」、「声がすばらしかった」、「パワーをもらった」、「講談のおもしろさを知ることができた」などの意見から、本格的

な古典芸能を間近で体験して、その魅力が印象に強く残ったことがわかる。

「21. クラス混合プレゼン4」は、それまではクラスごとに1分間プレゼンテーションを行っていたのを、くじ引きでクラスを無作為に分けて実施したものである。本専攻には人前で話すことの苦手な学生が多いため、少しでも話すことに慣れてもらいたいと考え、すでに1分間スピーチを3回行っていた。スピーチの経験を重ねて成長が見られたため、クラスを混ぜて通常とは異なるメンバーで行った。学生の意見を見ると、「クラス混合は、恥ずかしくあがってしまったが、新鮮」であり、「いつもと違うメンバーで緊張感があった」が、「いろいろな人の前で話す練習」になり、「自分の考えを知らない人たちに伝える」経験になったという。「無人島に持っていくもの三つ」というテーマの面白さもあり、「相手の考えも知ることができるし、自分の考えも発信できる。さまざまな意見が聞ける」と予想以上に好評であった。

「8. クルーザー」は3～5人のグループに分かれてのワークショップである⁽⁷⁾。嵐の夜に無人島で病気になった恋人を助けるため、クルーザーに乗って助けを求める女性の物語を読み、その物語の5人の登場人物について自分が好ましいと思う順に番号を付ける。その後、グループのメンバーで話し合っ、グループでの統一見解を決めて発表するというワークである。異なる立場の登場人物に順位をつけて、メンバーと話し合う過程で、自分自身の価値観はもちろん、他人の価値観やさまざまな視点が体験的に学べる。自己認識と他者理解を深め、ライフスキルの習得につながるワークである。なお、これと同様のワークは就職試験や企業の新人研修などでも実施されている。学生たちは「自分とは反対の意見や、全く違った見方の意見が聞けたので、またやりたい」、「友人の価値観を知り、違いを知るのが楽しく新鮮だった」、「様々な意見が出て、白熱した意見争いもあっておもしろかった」などと書いており、自分とは異なる意見が多くあり、それらを尊重しつつ正面から自由に話し合うことの楽しさに気づいたようだ。ワークの実施にあたっては、司会、記録、発表、時間管理など、グループ内で担当を決めて行った。こうしたグループワークの方法は、ライオンズ・クエスト「思春期のライフスキル教育」プログラムで学んだものである⁽⁸⁾。

5人以上が良いと評価した授業を選んだ人数の多い順にあげる。

1. 自己紹介・履修指導 (9)、28. 就活ガイダンス2 (9)、13. 敬語を学ぶ1 (8)、22. 傾聴力 (8)、16. 1分間プレゼン1 (7)、18. 前向き?後ろ向き? (7)、24. 能楽ワークショップ実践編 (7)、26. 履歴書作成のポイント (6)、9. 第一印象 (5)

9人が評価した「1. 自己紹介・履修指導」は、初回の授業でもあり、「大学に慣れるよい機会」だったようだ。特筆されるのは、「9. 第一印象」「16. 1分間プレゼン1」「18. 前向き?後ろ向き?」「22. 傾聴力」が、いずれもライフスキル育成に関わるものであることだ。とくに「傾聴力」に関わる感想では、「話を上手に引き出す方法や聞いてもらえる話し方を意識するように」なり、「相手の話をまじめに聞いて相手を尊重すること」の大切さを学んだなど、ライフスキルの根本に関わる意見が出てきた。先にあげた「21. クラス混合プレゼン」や「8. クルーザー」も含め、ライフスキルに関わる授業は、学生に好意的に受け止められたことがわかる。

先の「講談入門」に加えて、「24. 能楽ワークショップ実践編」を評価した学生も多い。いずれも生の古典芸能を体験し、日本の古典的な身体や声の魅力ダイレクトに感じる稀有の機会である。学生も「体験できるものだったので、新しい世界を見た感じがして良かった」、「実際

にステージに立って体験できた]、「生で見ると迫力があって驚きました」などと述べており、能の謡いや舞いを実際に体験できたことが良かったようだ。さらに、これらのワークショップでお招きした講師は、いずれも女性である。授業では、男性が主の古典芸能の世界で女性としていかに生きるかについてもお話いただき、学生たちは刺激を受けた。

「28.就活ガイダンス2」「16.敬語1」「26.履歴書作成のポイント」については、先輩の就職活動の体験談を聞いたり、敬語を学んだり、履歴書を作成したりと、就職活動に役立つものとして評価された。

(3) 高評価のワークショップ

選んだ人数の多い順にあげる。

- 8.クルーザー (23)、25.ほめごろシート (21)、9.第一印象 (18)、10.まる・さんかく・しかく (16)、2.自分を知る (13)、18.前向き？後ろ向き？ (11)、3.友達を知る (10)
- 4.わたしは誰？ (7)、1.自己紹介 (1)

以下、15名以上が良いと評価したワークショップについて、学生の意見を交えつつ説明する。(2)の結果と同様に、「8.クルーザー」が最上位であった。次の「25.ほめごろシート」は、クラスメイトに自分の長所を聞いてワークシートを記入するものである。自分の長所を見つけれず、履歴書作成に苦勞する学生は多いが、「自分のいいところを知ってから自己PRプレゼンは、履歴書を書くときとても役に立った」とあり、このワークは「自分の長所を見つけるいい機会」となったようだ。あるいは、「ほめられることはあまりないので、自分の良さに気づかされた。暖かい気持ちになった」、「意外なところをほめてもらえた」、「ほめられ慣れていないので、新鮮に感じた」、「ほめられるとは思わなかった」からは、ほめられることに新鮮な喜びを感じた様子がうかがえる

18人が選んだ「9.第一印象」は、「自分がどんなふうにも初対面で見えているかを知るきっかけ」となるワークである⁽⁹⁾。「第一印象が重要」なことを実感すると同時に、「第一印象は思い込み」であることも理解できたようだ。

次の「10.まる・さんかく・しかく」は、口頭の説明にしたがって絵を描くワークである⁽¹⁰⁾。同じ説明を聞いていても、できあがる絵は千差万別。その違いを楽しみながら、説明者の想定する絵を他人に描いてもらうにはどうしたらよいかを考え、双方向のコミュニケーションの重要性を学んでいく。「自分と他人がどれほど違うかを視覚的に見ることでよい」というように、絵を使ったワークには言語とは異なる利点がある。「ちゃんと説明しなければ人には伝わらないことがわかった」、「分かりやすく簡潔に内容を伝える難しさがよく分かった」、「説明の工夫を感じた」、「言葉だけで伝える大変さが分かった」など、言語によるコミュニケーションについて考えるきっかけとなった。

(4) 改善すべき授業

- 1.自己紹介 (1)、2.自分を知る (2)、4.わたしは誰？ (2)、6.図書館ツアー (1)、7.ノートの取り方 (11)、8.クルーザー (2)、10.まる・さんかく・しかく (3)、11.講談入門 (1)、12.身をきたえ心きたえて (5)、13.敬語1 (2)、14.敬語2 (1)、16.1分間プレゼン1 (1)、17.日本語力確認テスト (1)、18.前向き？後ろ向き？ (2)、19.1分間プレゼン2 (5)、21.クラス混合プレゼン (3)、22.傾聴力 (1)、23.能楽ワーク

シヨップ講義編 (7)、24. 能楽ワークショップ実践編 (1)、25. ほめごろシート (1)、
26. 履歴書作成のポイント (2)、27. 面接のポイント (2)、28. 就活ガイダンス 2 (3)、
30. まとめ (2)

改善すべきという意見が最も多かったのは「7. ノートの取り方」である。ノートテイキングの方法は人それぞれだから、やる必要がない、今さら直せない、あるいは初回でやってもらいたいという意見が多かった。前期7回目にノートテイクの方法を学ぶのは、初年次のアカデミックスキル習得ということを考えると実施時期が遅い。授業開始後まもない時期に行うべきであった。

その他、「13. 敬語 1」「14. 敬語 2」「17. 日本語力確認テスト」については、「大事なことなのでもっとやった方がいい」、「敬語をちゃんと勉強したい」など、いっそうの充実や時間の拡充を求める意見が目立った。こうした意見も受け、平成24年度からの新学科では、日本語関連の授業を「日本語表現」と「文章表現」の2コマに増やし、日本語力の向上につとめる予定である。

(2) で多数の学生が良いと評価した「21. クラス混合プレゼン」については、「知っている人がいなくて緊張した」、「とにかく怖かった」など、いつもと違うメンバーに混じってのプレゼンテーションにストレスを感じた学生がいたことがわかる。「8. クルザー」についても「話すのが苦手な人は大変」という意見があったように、コミュニケーションに苦手意識を持つ学生にとっては難しく感じられたようだ。

「1. 自己紹介」「2. 自分を知る」「4. わたしは誰？」などの自己紹介・自己分析関連の授業は、前期の前半に集中していたため、「自己紹介は、やり尽くした感があった」という意見も出た。しかしながら、自己紹介は初めての人と出会うときに一生ついて回るものであり、コミュニケーションの基本である。実際のところ、短大に入学したばかりで人を惹きつけられる自己紹介ができる学生は、ほとんどいない。そうしたことも含め、自己紹介の意義を理解させる必要がある。

また、「ちょっとゴタゴタしていたから、もう少しスムーズに」、「いまいち質問がうまくなかった」、「流れがいまいちつかめず、よく分からず終わってしまいもう少し信憑性が欲しかった」など、授業の段取りの悪さを指摘する声もあった。教員自身がグループワーク形式の授業展開に慣れていないこともあってのことだが、2年目にあたる今年度は、昨年の反省をふまえて内容や段取りを改訂しているため、こうした段取りの悪さも解消されてきている。

履歴書作成などの就職活動関連の授業では「キャリアセンターの人と意見が違うから困惑してしまう」という意見があった。履歴書の内容評価については、個々人の主観がどうしても反映されるため、絶対的な評価は難しいが、ある程度の共通理解は必要である。この点については、教員がキャリアセンターと連携して対応をはかりたい。

「何のためだったのかよく分からなかった」、「あまり興味が持てなかった」など、授業の意義に対する不理解や興味関心の低さを示す意見もわずかながらあった。教員自身が授業の意義を十分に理解できていないと、それはおのずと学生に伝わってしまう。授業を実施する際には、何のためのワークなのかを教員自らが十分に理解しておく必要がある。ライフスキルのワークショップを実施する教員は、学生の状況を見ながらプログラムを進行し、さまざまな意見を吸い上げて場を作り上げていく、いわばファシリテーターとしての役割が求められる。お

仕着せの知識や考えを教えるのではなく、学生たちの意見を自然な形でまとめながら、全員が実際に納得できる方向を導き出していくことが重要である。

(5) 授業前より向上したと思う力

結果は以下の通りである。

話す力 (31)、コミュニケーション力 (25)、聞く力 (19)、考える力 (14)、積極性 (9)、柔軟性 (8)、まとめる力 (8)、書く力 (7)、リーダーシップ (3)、主体性 (2)、その他 (0)

1分間スピーチを4回も行った甲斐があって、「話す力」が向上したという学生は31名、全体の54.3%にあたる。19名 (33.3%) が選んだ「聞く力」については、傾聴力のワークに加えて、1分間プレゼンの際に発表者の話を聞いて、それを評価して感想を書いていたことから、聞くことへの意識が高まったと考えられる。ライフスキルのワークショップではコミュニケーションを促進するワークを多用するため、コミュニケーション力の向上を感じた学生も25名 (43.8%) と半数近い。

その一方で、非常に少なかったのが「リーダーシップ」3名 (0.05%) と「主体性」2名 (0.04%) である。グループワークやプレゼンテーションの繰り返しによって、コミュニケーション力や話す力、聞く力は高まったが、自分から一步踏み出す「主体性」や、仲間をまとめて先頭に立つ「リーダーシップ」が向上したと感ずる学生はごく少数であった。こうした力を伸ばすためには、より実践的な課題をグループで取り組み、長期的に継続する必要がある。そうした課題をやり遂げることで、チーム内での積極性が高まり、自信にもつながるように思われる。今後の課題としたい。

なお、本項目で掲げた9の力は、本授業において向上が期待される力を任意にあげたものだが、アンケートの有効性を考えると、WHOの提唱するライフスキルや社会人基礎力の12要素などを項目として設定しておくべきだった。あるいは、今後、本学独自のライフスキルを考えていくうえで、その候補となるものを絞り込んで、項目にすることも考えられる。この点についても、これからの課題としたい。

(6) その他の意見・感想

最後に、その他の意見・感想を紹介しながら、本取り組みの成果と課題を述べてまとめとしたい。

(5) で示したように、話す力の向上を感じた学生は多い。「初めは人前に出て話すのは苦手で嫌だったけれど、プレゼンを繰り返すことによって、大学に入った時よりは人の目を見て話せるようになってきた」、「中・高のときはみんなの前に出て話すということがなかったので、このような授業はとても良かった。みんなの前で話すということが最初のころよりできるようになった」、「最初は前に出て話すことばかりで授業に出るのが嫌でしたが出続けることに意味はあったと思います。人前で話す事への抵抗が少なくなりました」など、話すことに苦手意識のあった学生が話せるようになったと感じているのは嬉しい成果である。

コミュニケーション力についても、「自分はコミュニケーションが苦手なので、他者と多く関わるこの授業は辛い場面もありましたが、この授業でやることに無駄な事はないのだと思います。経験したことを生かせるように成長したい」のように、苦手意識をもった学生が懸命に取

り組んだ様子がうかがえる。「この授業のおかげで同じ学年のみんなと仲良くなれました。特にグループワークが好きでした」からは、友人とコミュニケーションしながら行うグループワークの楽しさを知ったことがわかる。「他専攻、他のクラスとの合同授業やメンバーをごちゃ混ぜにしたクラスとする授業を増やしてほしい」、「課外授業があるとおもしろかった」など、積極性が高まった学生もいる。

その一方で、プレゼンやグループワークへの苦手意識が払拭できない学生もいる。「一人で発表することが多くて苦手」、「グループになってやるのは、苦手な人もいるのでやめた方がいい」、「グループワークが多すぎたり、連続して行われるのはあまり嬉しくなかった」といった意見があり、人前での発表や他者とのコミュニケーションを負担に感じる学生もいる。ただ、こうした学生でも「人と話すことや人前で話すことは苦手だけれど、1分間プレゼンなどはよい経験になった」と書いている通り、こうした授業が自分に必要であることは理解している。発表やコミュニケーションの重要性を十分に理解したうえで、コミュニケーションに徐々に慣れていけるよう、授業展開をさらに工夫していきたい。

ワークショップ中心の授業形態については、「今まで体験したことが無いような授業内容で、楽しかった」、「楽しみながらライフスキルについて学べた」など、多くの学生が「とても楽しかった」と感じている。「ホームルーム的な感じのアットホームな雰囲気のできたのがよかった」、「来年もこの授業をやってほしい」といった意見もあった。

ライフスキルの根底にあるセルフ・エスティームに関わる成果として、「自信」がついたという意見もあった。「成せば成る、成さねば成らぬ、何事も。というわけで最初は人前で話すことが苦痛でしたが、今では今までの経験を通して若干自信がつかしました。とても楽しかった」、「普段、自分良さなど自分では気がつかないことが多いのに、他の人から自分の良い所などを言っただけは、自分にもこんなに良いところがあったのだと気づかされて気持ちがぽっと温かくなり、人と接することが嫌でなくなります。自信にもつながります」といった意見である。これらは、自分の苦手を克服したり、他者から認められることによって、「自信」が形成されることを示している。

今回のアンケートから、学生たちの多くがワークショップを楽しみながらライフスキルを学び、コミュニケーションの楽しさに気付いたことが明らかになった。授業を通して自信がついた学生もいたのは、今回の実践における大きな成果の一つといえるだろう。

3 本学におけるライフスキル教育の課題と特色

はじめに述べたように、これまでライフスキル教育は小中学生を対象に行われることが多かった。しかし近年、大学におけるライフスキル教育が少しずつはじまっている。その代表例が前述した信州大学の学生支援GPによる取り組みである。

信州大学では平成19年度から平成22年度まで学生支援GP「個性の自立を《補い》、《高める》学生支援—発達障害にも対応できる人間力向上支援プログラム—」において、「ライフスキル支援部門」を設置し、ワークショップを使ったライフスキル向上プログラムを実施した。その取り組みについては、『信州大学学生支援GP報告書』⁽⁴¹⁾に詳しい。個々のワークショップの実践紹

介の他、「大学生のライフスキルに関する意識調査」や「大学生のためのライフスキル・ワークショップの効果」、「学生のライフスキルに対する意識とニーズ」、「ライフスキルスキルアップを目指したワークショップの成果と課題」など、信州大学での実践をベースに多角的な調査分析がなされている。

信州大学教育学部の学生494名を対象にした調査も行われ、WHOの提唱する10のライフスキルを因子分析し、「自己管理」「自己意識」「対人関係」「ストレス対処」「想像力」の5因子を抽出して検討がなされた⁽¹²⁾。その結果、このなかで学生がとくに不足を感じているのは、適切なやり方で自分を表現して対人関係を築くための「対人関係スキル」と、問題に対し自ら考え決断するための「自己管理的スキル」であることが明らかになった。このことから、調査チームは今後はこれら二つのスキルに焦点をあてたワークショップの実施が学生のニーズに応えることになる結論した。さらに教育学部以外に対象を広げ、学部ごとに必要とするスキルのニーズが異なるかどうかを検討する必要も述べている。

信州大では、1年次生428名に対するライフスキルに関する意識調査も行われた。その結果、学生は「対人関係スキル」に対して苦手意識が高く、スキルアップの必要性を感じていることが明らかになった⁽¹³⁾。

本学においても、学生たちの傾向を把握したうえでライフスキル教育に取り組むことができれば、より大きな成果が期待できる。先に紹介したアンケート結果や学生たちの傾向から考えて、本学の学生は主体性や積極性が不足しているように思える。本学においては、そうした力を伸ばすようなプログラムの開発も重要だろう。

本学のライフスキル教育の特徴は、一年次の必修授業において継続的なワークショップを実施している点である。ライフスキルは、学習を繰り返して体験を重ねていく必要があり、一朝一夕で身につくものではないといわれる⁽¹⁴⁾。たしかに、考え方やコミュニケーションの癖を改善するためには、ワークショップで学んだスキルを折に触れて授業で繰り返し、実際の生活でも実践する必要がある。そうした意味で、継続的に授業を実施することのできる本学は、ライフスキル教育を効果的に行うために適切な条件を備えているといえよう。

はじめに触れた通り、本学ではライフスキル習得を軸とした初年次教育を、24年度以降、共通必修授業「基礎ゼミ」で行い、23年度まで国語国文専攻の必修授業であったものを短期大学全体に拡充する。ライフスキル教育は全学で統一的行うことが望ましいといわれる。来年度からは短期大学部全体で取り組むことになり、さらなる成果が期待できる。

本学のライフスキル教育の、もう一つの特徴は、ワークショップ形式の授業をクラス担任である教員が行うことである。通常、大学などでこうしたワークショップ形式の授業を行う際には専門の講師に依頼することが多いが⁽¹⁵⁾、本学ではクラス担任自身がライオンズクエストのワークショップを受講し、主体的に授業に取り組んでいる。各教員は、コミュニケーションのワークショップ実施を専門とするわけではないため、ファシリテーターとして経験を積むことは必要だが、これまでさまざまな授業を行ってきた経験があり、クラス全体を中立的に見渡して学生の意見を取り入れながら授業を進行する力はあるはずだ。

ワークショップの実施にあたっては、数クラス合同で行ったり、クラスを混ぜたりすることもある。各クラスの担任が連携してライフスキル教育に取り組むことで、新学科の教育に関す

るに共通理解がつくられる。これによって、より多くの学生に目が行き届き、いっそうきめ細かく学生を指導できるようにもなるだろう。

平成23年度に実施中の「基礎講読」では、先に紹介した22年度授業のアンケート結果などをふまえ、内容を改訂したり、実施時期を変更したりしている。24年度以降は、対象を学科全体に広げ、学生の実態に合わせて柔軟に改善していく予定である。

おわりに—これからの方向性

最後に、本学におけるライフスキル教育が今後目指すべき方向性を三つ提起しておきたい。まず一つは、専門教育にライフスキル教育を取り入れることである。

すでに述べたように、本学の教員のほとんどは人文系の学問を専門とする。短大や大学の教員が自分の専門だけを学生に教えていればよい時代がかつてあった。しかしながら、短大・大学に求められるものは時代とともに急速に変化している。いまや自分の専門のみを教えることが許された教員は少なく、自分の守備範囲を実践的に広げていく必要がある。本学の教員によるライフスキル教育の試みも、そうした流れのなかに位置付けられる。

一方で、特定の分野に精通した研究者であり、専門領域の魅力を存分に伝えられる教員が、それを教えられないのは、あまりに惜しい。こうした点から提起したいのが、専門科目の教育とライフスキル教育の融合である。つまり、専門領域の授業とライフスキル教育をつなげる手法を開発するということだ。たとえば、『徒然草』の「友人論」を題材にして、自己理解や他者理解に関わる授業を行えば、それは専門教育でありながら、同時にライフスキル教育としても成立する。古典教育が〈今ここ〉と〈これから〉に役立つライフスキル教育と繋がることで、学生のモチベーションも高まるにちがいない。

本来、人間の文化的営みは生きるための叡知に満ちている。こうしたことを考えれば、専門教育とライフスキル教育の統合は、それほど難しいことではない。ライフスキル教育の視点を取り込むことで、専門教育が魅力を増す。そうすれば、全カリキュラムを通じて継続的にライフスキルを教育できるようになる。すでに述べたように、ライフスキルを習得するためには、体験を繰り返して、身体に刷り込んでいく必要がある。その点において、専門科目にライフスキル教育の視点を取り込んで、ライフスキルを継続的に育成することは、ライフスキル教育にとっても理想的な発展といえるのではないだろうか。

二点目は、外部の専門家の協力を得ながら、本学の学生に適した独自のライフスキル教育プログラムを開発することである。すでに述べたように、本学でライフスキル教育を実施するにあたり、教員はライオンズ・クエスト「思春期のライフスキル教育」プログラムの研修を受けた。ライフスキル教育を専門とする教員がない本学では、外部の専門家から学ぶことが不可欠である。

短大や大学におけるライフスキル教育は、就職活動を含むキャリア教育とも大きく関わる。そうした点で、今後はキャリア教育の専門家との連携も視野に入れるべきだろう。すでに平成23年度の「基礎講読」において、大学生の就職支援に20年前から取り組んでいる森吉弘氏（就職道場「森ゼミ」主宰）と森ゼミスタッフ飛鳥井郁枝氏の協力を得て、前年度のプログラムの

改訂に取り組んでいる。学生のキャリア支援というと、専門のスタッフにまかせきりにすることも多いが、それではなかなか行き届かない。学生にとって、大学や短大が社会に出るための力をつける場所であるとするれば、その教育に関わる教員は、キャリア教育の専門家と連携しながら、学生の成長を多角的に支援していく必要がある。専門科目におけるライフスキル教育の視点を取り込む際にも、外部の専門家の協力があれば、いっそう深みのあるライフスキル教育プログラムを開発できるだろう。

三つ目の方向性は、大学や短大におけるライフスキル教育の意義と教員の立ち位置についてである。学生の就職難をきっかけにライフスキル教育に取り組みはじめて以来、戦後の国語教育のパイオニアであった大村はまのことは折に触れて思い出す。東京都立の中学教師として73歳まで現役で教鞭を執り続けた大村は、教師に向けた講演のなかで次のように語っている。

教師は専門家ですから、やっぱり生徒に力をつけなければだめです、ほんとうの意味で。こうした世の中を生きぬく力が、優劣に応じてそれぞれつかなければならないと思います。…（中略）…中学におりますと、「これで一人前の日本人として世の中を生きぬけるか」というのが、生徒を社会に送り出すときの私の気持ちです。非常に悲痛な気持ちで送り出します。「これで一人前の日本人として激動の中を生きていけるだろうか」と思います。（大村はま「教えるということ」）⁽¹⁶⁾

これからの短大・大学教員も、こうした意識をもって学生の教育に臨む必要があるのではないだろうか。短大や大学を出た卒業生が、一人前の日本人として社会を生き抜いていけるのか。卒業していく学生たちを見送りながら思うのは、彼女たちにとって、短大という場が腰をすえて何かを学ぶ最後の機会になるかもしれないということだ。大村はまが悲痛な気持ちで中学生を社会に送り出した時代から、時代の変化はいっそう速くなっている。「社会人基礎力」や「人間力」、「学士力」といったさまざまな《力》が声高に叫ばれているのは、そうした力をはぐくむことこそが、いま短大や大学に求められているからだろう。

すでに述べたように、本学におけるライフスキル教育は、就職活動を控えた学生を意識してはじまった。これから社会に出ていく学生たちが、変化の激しい世の中をしなやかに生き抜く力を身に付けられるよう発案したものだ。この理念は、大村はまの言う「一人前の日本人として激動のなかを生きていける」ことに重なっている。さらにライフスキル教育のプログラムは、本学の建学の精神「身をきたえ心きたえて世の中に立ちて甲斐ある人と生きなん」を体現するものでもある。

24年度に創設する「基礎ゼミ」をカリキュラムの基盤におきつつ、各教員がそれぞれの専門教育のなかでライフスキル教育の視点を取り込んでいく。これによって、ライフスキル教育を多角的かつ継続的に行い、学生たちが短大での学びを通して社会を生き抜く力を身につける。これが今後の本学におけるライフスキル教育の目指すべき方向性である。

〔付記〕本稿で分析を行ったアンケートの集計に際しては、緑川理奈氏のご協力を得た。この場を借りて深く御礼申し上げる。

注

- (1) ライフスキル教育の研究は、神戸大学の川畑徹朗氏を中心にするJKYB研究会や西宮ライフスキル研究会（『ライフスキル 互いに高め合うセルフエスティーム [増補版]』2009年）、法政大学大学院のライフスキル教育研究所などでも行われているが、それらは小中学生を主たる対象とする。また、皆川興栄氏は、教師や保護者、トレーナー、地方自治体のコーディネーターなどを対象にしたライフスキル・ワークショップを開発している。『生きていく知恵を学ぶ ライフスキルの基礎基本 ワorkshopによるエクササイズ16』（明治図書、2005年）。
- (2) この取り組みについては『信州大学学生支援GP報告書』（2011年3月）に詳しい。
http://www.shinshu-u.ac.jp/guidance/publication/summary/2010/gakusei_shien_gp/#page=1
- (3) 皆川興栄・阿部一佳・早川武彦・長谷川博幸・木村光太郎・真下英二「初年次教育におけるライフスキルトレーニング・プログラムの開発（第1報） 自己認識、セルフエスティーム、共感性、クリティカル思考、意志決定、効果的コミュニケーションの授業案と教材について」（『尚美学園大学総合政策研究紀要18』2009年）。
- (4) 来田宣幸・松野光範・横山勝彦「『ライフスキル教育』開発プロジェクトと評価システムの構築—硬式野球部の取り組みを事例として」（『同志社スポーツ健康科学（3）』2011年3月）、同「『ライフスキル教育』開発プロジェクトの実践と課題—硬式野球部の取り組みを事例として」（『同志社スポーツ健康科学（2）』2010年3月）、高山昌子・雑賀亮一「ライフスキル獲得を目的としたスキー実習参加学生の効果に関する一考察」（『太成学院大学紀要12』2010年3月）、小島正憲・西村春次・鷹見善仲 他「大学体操競技選手におけるライフスキルと競技成績に関する考察」（『中京大学体育論叢51』2010年）、中井聖・浦田達也・南和広 他「スポーツ経験が大学生のライフスキルの獲得および形成に及ぼす影響」（『滋賀県立大学国際教育センター研究紀要（15）』2010年12月）等。その他の文献は参考文献一覧を参照されたい。
- (5) 島本好平・石井源信「大学生における日常生活スキル尺度の開発」（『教育心理学研究54（2）』2006年6月）。
- (6) 石川満佐育「ライフ・スキルを高める心理学の授業開発の試み—キャリア支援における心理学的アプローチ」（『筑波大学学校教育論集32』2010年3月）。
- (7) 星野欣生『人間関係づくりトレーニング』（金子書房、2002年）所載のエクササイズ「クルーザー」を参考に実施した。
- (8) 同プログラムについては、拙稿「短期大学におけるライフスキル教育の必要性」（『十文字学園女子大学短期大学部研究紀要』42号、2011年）を参照。
- (9) 注7書のエクササイズ「第一印象」を参考に実施。
- (10) 注7書のエクササイズ「流れ星」を参考に実施。
- (11) 注2『信州大学学生支援GP報告書』（2011年3月）
- (12) 板橋真理子・上村恵津子・高橋知音「大学生のライフスキルに関する意識調査」（注2報告書）。
- (13) 森光晃子・小田佳代子・上村恵津子・高橋知音「信州大学・学生支援GPにおけるライフスキル支援部門の取り組み（1）—学生のライフスキルに対する意識とニーズ—」（注2報告書）。

- (14) 注1『生きていく知恵を学ぶ ライフスキルの基礎基本 ワークショップによるエクササイズ16』。
- (15) 信州大の取り組みでも「コミュニケーションスキルのWSに精通している非常勤講師に依頼」している。小田佳代子・森光晃子・上村恵津子・高橋知音「信州大学・学生支援GPにおけるライフスキル支援部門の取り組み（2）—ライフスキルアップを目指したワークショップの成果と課題—」（注2 報告書）。
- (16) 大村はま『新編 教えるということ』（ちくま学芸文庫、1996年）。