

2. 2022年度 PBL 活動概要

主体的な生き方を目指すための自己理解についての検討と実践

—自分のなかの『きじゅん』をめぐって—

A Self-realization Journey キャリア教育チーム

張亜婷, 檜拓磨, 難波由衣, 筒井佑, Velasquez Melissa, 李玲玲

現在日本では、社会構造の変化により、人間関係の希薄化、自己肯定感の低下に伴う自信の喪失、将来に向けての意識がない等の状況にある。このような背景で、一人一人の社会的・職業的自立に向け、必要な基盤となる能力や態度を育てることは重要である。したがって、本PBL活動では、自分らしい生き方の「きじゅん」を目指す上で自分の本当にやりたいことを探求できるワークショップを実施した。トランプゲーム「神経衰弱」を主活動として、大学生や高校生を対象に行った。ワークショップを経て、参加者は自分の好きなこと、得意なこと、大事なことを振り返ったり、「きじゅん」を探したりすることで、自分自身の「核」を少し明確化できたようである。今後の展望は、インタビュー活動を通して個人の変化の背景を捉えること、また本活動に継続性を持たせることである。

Keywords: 自己理解, きじゅん, 生き方, やりたいこと, ワークショップ

1. 問題と目的

中央教育審議会(2011)⁽¹⁾はキャリア教育を「一人一人の社会的・職業的自立に向け、必要な基盤となる能力や態度を育てることを通して、キャリア発達を促す教育」と定義している。また、文部科学省(2011)⁽²⁾は日本においてキャリア教育が重要視されるようになった背景には、社会環境の変化や雇用の多様化等により、子供たちが学校から社会への移行に困難を抱えやすい状況があると指摘している。菊池(2013)⁽³⁾は上述した中央教育審議会(2011)でのキャリア教育の定義にある「自立」に関して、一般就労を中心とした職業的自立のみではなく、より広義の自立を目指したものであると述べている。しかし、現在多くの学校で行われているキャリア教育は一般就労を目的とした職業理解に関するものが多く、児童生徒が自分自身への理解を深め、自分らしい生き方を決定するための「きじゅん」を明確にする機会が不足している。

以上のことから、本PBL活動は、自己理解を通して児童生徒が自身の内にある「きじゅん」に気づき、自分らしい生き方について考えることを目的とする。

2. ワークショップの概要

2-1 目的

本ワークショップの目的は、参加者が自分らしい生き方の「きじゅん」を考え、自分の本当にやりた

いことを探究することである。「きじゅん」とは、普遍的な判断の指標としての「基準」やその目指すところとしての「規準」とは区別した、一人ひとりの内に存在する自分らしい生き方を見つけるための判断の軸である。その「きじゅん」は「好きなこと」「得意なこと」「大事なこと」の3つの観点から構成している。主目的は自分の本当にやりたいことを探究することとした。「きじゅん」という言葉を強調し、やりたいことを探究するために参加者自身が「きじゅん」を形成できるよう、自己理解を促し、自分の知らない自分を知ることを目指した。参加者が「きじゅん」を考えたり語り合ったりすることで、やりたいことを探求するきっかけを提供し、いずれ本当にやりたいことが見つかることを期待した。

2-2 参加者

第1回は2022年12月5日、岡山大学(教育学部1年生18名)にて行った。第2回は2022年12月12日、岡山県立邑久高等学校(1年生3人,2年生1人,3年生2名)にて行った。

2-3 内容

参加者が語り合い、自分の「きじゅん」を実感できることに加え、ゲームとしての面白さ、わかりやすさを考慮し、八木(2020)⁽⁴⁾の質問を用いたトランプゲーム(神経衰弱)を主活動とした。トランプに

記載した質問は、3カテゴリ、各3項目の計9項目を用意した(表1)。

ワークショップは2時間で計画した(表2)。ゲームでは、参加者が神経衰弱をしながら質問に答えていく(表3)。主活動前に楽しくリラックスした雰囲気を作るためのアイスブレイクを用意した。お互いの回答を聞くことで、個人の意見に加えて、他者からの気づきを得られるようにした。また、ワークショップの効果を実証できるようにするため、事前・事後のアンケート回答(表4)をお願いした。

ゲームで出てきたアイデアを整理するための質問シートと、そこからやりたいことを見つけるための分析シート(図1)を用意した。分析シートについては書き方を示した(図2)。

表1 トランプ質問項目リスト

大事なこと (価値観)
Q これまでした重大な決断は何ですか。その決断にどんな要素を考慮に入れましたか。
Q 今の社会には何が足りないと思いますか。
Q 今、自分に一番大きな影響を与えている人は誰ですか。その人のどんな行動・発言が自分に影響を与えていますか。
得意なこと (才能)
Q 最近どんなことにイラッとしたり、心がザワザワしましたか。
Q これまでの人生で成果が出たことは何ですか。どうやってその成果を出しましたか。
Q 長時間やっても苦にならないことは何ですか。
好きなこと (情熱)
Q もしお金の心配がなく、どんなことでも仕事に出来るとしたら何を仕事にしてみたいですか。
Q やりたいけれどまだやっていないことは何ですか。そこから分かるあなたの好きな分野は何ですか。
Q 何をしているときに幸せを感じますか。そこから分かるあなたの好きな分野は何ですか。

表2 タイムテーブル

1. 導入・事前アンケート 5分
2. アイスブレイク 20分
3. トランプゲーム 50分
4. ワークシート記入 15分

- | |
|--------------------|
| 5. やりたいこと分析 15分 |
| 6. まとめ・事後アンケート 10分 |

表3 人生のカードゲームルール

- | |
|-------------------------------------|
| ✓ 基本ルールは神経衰弱と同じ |
| ✓ ペアが揃うと質問が見えるので、質問について自分を振り返って語り合う |
| ✓ 全員が話し終わったら神経衰弱を再開 |
| ✓ 連続取りは可能 |

表4 アンケート項目

- | |
|--|
| ● 将来について日頃どのくらい考えることがありますか
→ 考えない(考えたくない), あまり考えない(あまり考えたくない), 時々考える(時々考えたいと思う), よく考える(よく考えたいと思う) |
| ● 将来について誰と話しますか
→ 家族, 友達, 先生, 先輩, 誰もいない |
| ● 将来やりたいことが見つかっていますか
→ 見つからない, ほとんど見つからない, ある程度見つかったりしている, 明確に見つかったりしている |
| ● 自分は自分の好きなことが分かっていると感じていますか |
| ● 自分は自分の得意なことが分かっていると感じていますか |
| ● 自分が自分の大事にしていることが分かっていると感じていますか
→ 分からないと感じる, あまり分からないと感じる, だいたい分かっていると感じる, よく分かっていると感じる |

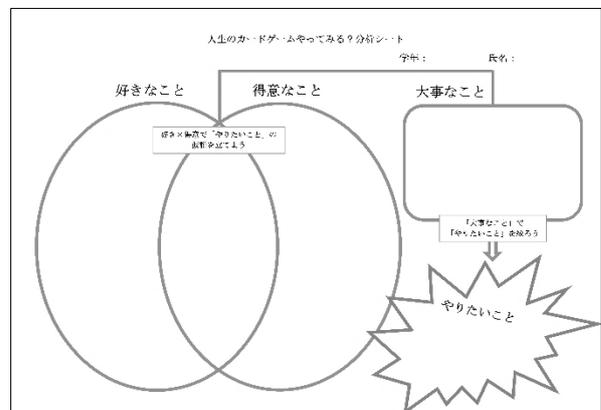


図1 分析シート

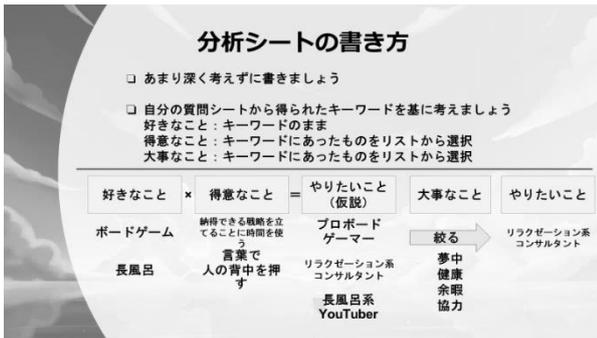


図 2 分析シートの書き方

3. ワークショップの結果と分析

ワークショップでは、雰囲気気楽で盛り上がっていて、参加者は活動を楽しみながら、自分のアイデアや経験を互いに共有することができた(図 3)。トランプゲームでは、参加者が自分自身を振り返り、他の人の話を聞くことで、これまで考えてもみなかった自分についてことに気づくことができた。しかし、想定はしていたが、質問によっては答えられないものもあった。これは「きじゅん」について自分の核を捉えられるほど深く考えられていないことを意味しており、これこそ参加者に実感してもらいたかったのである。

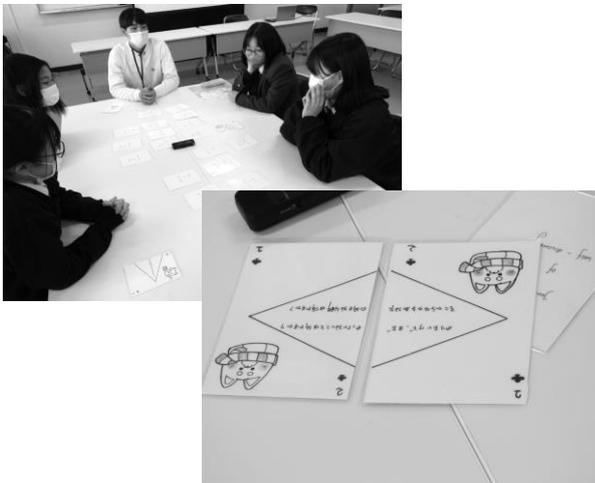


図 3 高校での様子

3-1 ワークシート分析

記入したワークシートを分析し、ワークショップの効果を検証した。第1に、やりたいことを見つけた参加者がいた。具体的には、「人との関わり」が大事だと思っていて、人と接することも好きなので、やりたいことを「誰かの為になる職業」を書き込んだ。この方は、自分の「きじゅん」を見つけたのだ。

大きな影響を与えている人との出会いをきっかけに、明確に回答できるようになった参加者もいた。

第2に、想定通りのきじゅんを作成できなかった参加者がいた。例えば、「寝るのが好き」「おいしいものを食べるのが好き」といった表面的な回答からは、好きな分野を見つけて分析シートを埋められなかった。将来にやりたいこと、または自分の趣味は何なのかをはっきり言えなかった。意図した自己理解を促すことができていなかったと考えられる。

3-2 アンケート分析

事前と事後に実施したアンケート回答を比較し分析した(図 4)。大学生・高校生ともに将来について考える意欲が向上し、友達や先生、先輩と将来について話したい人も増加となった。好きなこと、得意なこと、大事なことがわかっているかについては、大学生と高校生で傾向に違いがみられた。大学生は、好きなことや得意なことについて向上した人が多かった。一方、大事なことについては向上・低下ともに現れた。高校生は、得意なことについて向上が見られた。一方、好きなことは低下が見られた。将来やりたいことについては、明確に見つかった高校生や、逆に少し見えなくなり悩み始めたと言える大学生もいた。

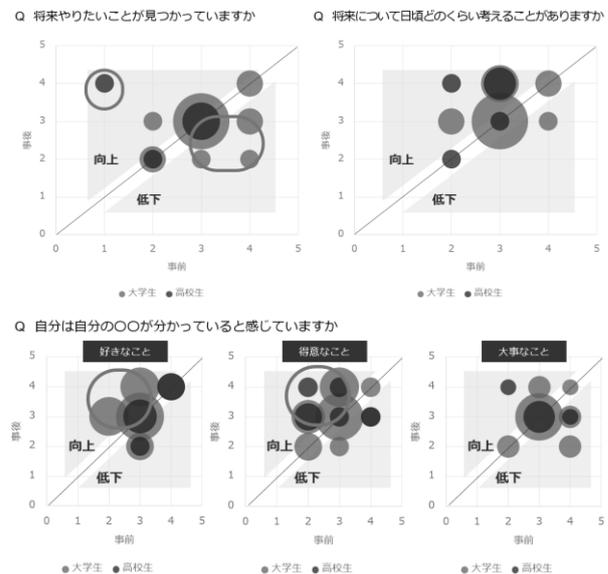


図 4 アンケート分析結果

3-3 参加者の感想

自由記述として、ワークショップの感想や意見を募集した。高校生はゲーム形式を通じて自分の好きなこと、得意なこと、大事なことが明確に出てきた、

良い機会だったといった声があった。自己理解がまだできていないことに気づき、今後自分自身をより理解していきたいという記述もあった。大学生は、自身のエピソードから振り返ったり、日々の行動から思い出したりすることから、きじゅんを考えることができることに新規性を感じていた。自分の知らない一面を知り、意外なものがやりたいこととして見つかったといった声もあった。自分自身の「核」が少しはっきりとなり深く自己理解ができたという意見もあった。

4. 成果と課題

4-1 成果

アンケートの数字の分析からわかるように、自己や将来やりたいことについての理解が明確になった参加者がいる一方で、逆に自分自身の軸や将来やりたいことが見えなくなった参加者も一定数いる。参加者アンケート自由記述のコメントに注目すると、「自分の核が少しだけ明確になって、良い時間になった。」というようにワークショップの活動の中で、自分らしい生き方を考える軸としての「きじゅん」が形成されていった参加者がいる。一方で、「自分の事がまだ分かってないことが分かり、自分自身をより理解していきたいと思います。」というように、活動を通して自分自身の理解がかえって明確ではなくなり、自分らしい生き方が分からなくなった参加者の様子も窺える。

しかしこのような参加者の迷える状況は、自己や生き方について改めて考え始め理解を深めたからこそその結果であったとも捉えうる。また発言にあるように、分からなくなったことをきっかけに、今後の自己理解につなげようという前向きな姿勢も受け取れる。このことから、「逆に分からなくなった」という状況は必ずしもネガティブな結果ではないと考えられる。本PBLの目的は、自己理解を通して、「きじゅん」を形成し、自分らしい生き方について探究することである。上記のワークショップ分析結果を目的と照らし合わせると、「きじゅん」を形成し、自分らしい生き方を探求するという目的を達成する

完成したプログラムとは必ずしも言えないが、少なくとも自分の中にあるものを見つめ直す・振り返ることから自分らしい生き方を見つけるきっかけになるプログラムとして一定の成果があったと言える。

「きじゅん」への接近は、自己の揺れや省察をともなう活動であると言えるのではないだろうか。

4-2 今後の展望

今回の活動の限界について、以下の三点が挙げられる。

まず、第一に、分析シートの書き方についての説明が十分に伝わらず、書き込みにくいと感じた生徒がいた。時間構成を再考し、説明の時間を十分に確保することが必要と考えている。第二に、今回の調査方法の選択について、アンケート調査では数値的に結果が見られるが、生徒の変化の理由を深堀することが難しいため、個別にインタビューする必要がある。最後に、自己理解及び自分が本当にやりたいことを探すという目標の達成を考えると、単に一回の活動のみでは実現できないため、長期的に実施し、生徒の変化を見る必要があると考えられる。これらの課題を改善し、継続的に実施できるよう尽力していきたい。

参考文献

- 1) 中央教育審議会 (2011) 今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について(答申).
- 2) 文部科学省 (2011) 高等学校キャリア教育の手引き, 教育出版.
- 3) 菊池一文 (2011) 我が国におけるキャリア教育推進の経緯及び概要, 特別支援教育充実のためのキャリア教育ガイドブック, ジアース教育新社.
- 4) 八木仁平(2020). 世界一やさしい「やりたいこと」のを見つけ方: 人生のモヤモヤから解放される自己理解メソッド. KADOKAWA.