

変革に適応するキャリア教育の設計

田中洋一^{*1*2}, 山川修^{*3}, 合田美子^{*2}

*1 仁愛女子短期大学, *2 熊本大学教授システム学研究センター, *3 福井県立大学

Designing Career Education to Adapt to Change

Yoichi TANAKA^{*1*2}, Osamu YAMAKAWA^{*3}, Yoshiko GODA^{*2}

*1 Jin-ai Women's College,

*2 The Research Center for Instructional Systems, Kumamoto University,

*3 Fukui Prefectural University

Society5.0に対応する人材を育成するためにはSEL (Social and Emotional Learning) が大切だと考えている。また, 主体的なキャリア形成のためには進路選択に対する自己効力を高めることが必要である。オンラインで実施したキャリア教育科目におけるSELの設計及び進路選択自己効力に関して報告する。

キーワード: SEL (Social and Emotional Learning), 進路選択自己効力, 情動知能, キャリア教育

1. はじめに

仁愛女子短期大学(以下, 本学と記す)の生活科学学科では, 2021年度に生活情報専攻と生活デザイン専攻を統合し, 生活情報デザイン専攻(以下, 本専攻と記す)を新設した。本専攻の設置理由は, OECDラーニング・コンパス2030の「より良い未来の創造に向けた変革を起こす能力」を身につけ, Society5.0(新しい働きかたや新しい生活様式)に適応できる学生を養成することである。具体的には, 経験学習サイクルを通して, 3つの道具「プログラミング的思考, デザイン思考, アート思考」を身につけていく。ただし, そのベースには, SEL (Social and Emotional Learning) が重要だと考えている。SELとは, 「社会性と情動の学習」のことであり, 欧米で広く実践されている自尊心や対人関係能力の育成を目的とした教育アプローチである。Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL)⁽¹⁾は, SELにおいて重要な5つの能力(「Self-awareness: 自己理解」「Self-management: 自己マネジメント」「Social awareness: 社会や他者の理解」「Relationship Skill: 対人関係スキル」「Responsible Decision-Making: 責任ある意思決定」)をクラスルーム, 学校, 家庭や地域社会の中で育てていくことを目的にしている。

本学では, COVID-19の対策として, 2020年度前期

は全科目オンライン授業とした。筆者は, 日本の高等教育におけるSELの必要性を考え, 本学にて担当する「キャリアプランニング」(以下, 本科目と記す)の授業設計に, マインドフルネス, 質問ワーク, ライフデザイン・ポートフォリオの作成を数年前から取り入れている。2020年度及び2021年度の本科目は基本的に, オンライン会議アプリZoomを用いた同期型(リアルタイム配信)で実施した。ただし, レクチャー部分は, YouTubeを活用したオンデマンド動画をLMS(学習管理システム)「仁短Moodle」に配置した。本稿では, 2020年度の実践結果にもとづき, 2021年度さらにリデザインした授業設計及び進路選択自己効力に関して報告する。

2. SELの設計

2.1 授業の概要

本科目は, 事務職に就く学生が多い生活情報専攻及び本専攻学生全員が履修する1年前期の選択科目である。生活情報専攻にて2020年度に開講した本科目の授業目的は, 自分のアイデンティティを探り, 自分の目標を設定, 行動プランを作成し, 実行することである。そのため, ジェネリックスキルテスト及びその振り返り, 自己PRの作成, 働く価値に関するカードを用いたワーク, マインドフルネスの実践, ピアメンタ

リング、ライフデザイン・ポートフォリオの作成を通して、自己理解及び自己目標の設定を行う。

本専攻にて 2021 年度に開講した本科目の授業目的は、SEL を通して、自尊感情や対人関係能力を育成し、キャリアをデザインすることである。そのため、マインドフルネスやライフデザイン・ポートフォリオ作成等の実践により自己理解、質問ワークやプロセス・エデュケーションの実践により社会や他者の理解及び対人関係スキル、ジェネリックスキルテストや働く価値ワークショップ等の実践により自己マネジメント及び責任ある意思決定を育てていく。

本科目の到達目標は下記の 5 つである。

- ① 客観的に自己や他者を観察できる。
- ② 経験を省察することにより、マイセオリーを作成できる。
- ③ 自分の経験から判断し、ライフデザイン・ポートフォリオを作成できる。
- ④ 自分の強みや経験にもとづき、他者に対して自己を PR できる。
- ⑤ 自分の強み・弱みを理解した上、自らの働く価値やキャリアを設計できる。

2.2 授業計画

2020 年度は、急なオンライン授業への対応のため、①自己紹介、②SEL (マインドフルネス、質問ワーク、ライフデザイン・ポートフォリオ)、③就職を見据えた行動計画 (働く価値観、ライフプラン、PROG の振り返り等) と理想的な学び順になった。

2021 年度は、①マインドフルネス、②プロセスエデュケーション、③ライフデザイン・ポートフォリオ、④ジェネリックスキル&ライフプランという学び順にリデザインした。特に、マインドフルネスの体験を前倒したことで、プロセスエデュケーションの内容を拡充したことが修正ポイントである。

(1) マインドフルネス入門

到達目標：幸福について考える、マインドフルネスを知る。

(2) マインドフルネス：ヨガ瞑想①

到達目標：ヨガ瞑想 (座位) を実践してみる。Breathing (呼吸) エクササイズ&Isometric (等尺性) エクササイズの体験。

(3) マインドフルリスニング&ヨガ瞑想②

到達目標：マインドフルネスに慣れる。マインドフルリスニング (傾聴) & ヨガ瞑想 (あおむけ)。

(4) プロセスエデュケーション

到達目標：名画鑑賞ワークの体験。幸福の 4 因子の理解。

(5) 質問ワーク「自分の課題」

到達目標：チームにおける質問の力を知る。問題の再定義の意義を知る。

(6) 合意形成ワーク

到達目標：各自の「モノの考え方」や「価値観」に注目して、お互いの理解を深める。少数意見を大切に、対話の過程を観察する。

(7) ジェネリックスキルテスト【非同期型】

到達目標：現時点での自分のジェネリックスキルを判定する。リテラシーテスト (学び方) & コンピテンシーテスト (態度)。

(8) 過去を想起する

到達目標：ピアメンタリングのコツを理解する。過去を想起して、可視化する。

(9) 過去回帰から理念を導く

到達目標：自分の理念について考える。

(10) 人生の核心をつかむ

到達目標：自分の理念及び人生の核心について考える。

(11) 核心に沿った目標を立てる

到達目標：短期目標&長期目標を立てる。ライフデザイン・ポートフォリオ (LDP) を作る。

(12) LDP 発表&ライフプラン【非同期型】

到達目標：変化への適応力を考える。自分のライフデザイン・ポートフォリオについて説明できる。自分のライフプランを作成する。

(13) 働く価値に関するワークショップ

到達目標：自分にとっての働く価値観を説明できる。

(14) ジェネリックスキルの振り返り

到達目標：ジェネリックスキルテストを振り返り、自分の強み&弱みを理解する。

(15) 自己 PR のプレゼンテーション

到達目標：自己 PR をプレゼンする。自分にとっての本授業の意義を考える。

2.3 振り返りシート

本科目では、毎回課題として「振り返りシート」を記述してもらう。内容は下記のとおり、Kolbの経験学習サイクル⁽⁴⁾にもとづいている。

- ① 経験「やってみよう！」
今回の授業&課題で経験したことのうち、印象に残っているのは何ですか？ なるべく具体的に書きましょう。
- ② 振り返り「どうだった？」
先の経験から自分が気づいたことや分かったことは何ですか？
- ③ マイセオリー「次はこうしよう！」
先の振り返りをふまえて、今後、他の場面でも活用できるようなマイセオリー(仮説や教訓)は何ですか？
- ④ チャレンジ「試してみよう！」
今回の振り返りシートには書かなくていいですが、先のマイセオリーを実際に試してみよう！

SELとしても、この振り返りシートが重要だと考えている。本科目で実施したZoomでのグループワーク(ブレイクアウトルーム)では、明確なインストラクションとタイトな時間制限をかけた上、全体メッセージによる各グループへの指示はしたが、各グループ自体は巡回しなかった。対面授業の場合、対話が活性化していないグループへは介入をしていたが、遠隔授業では放任しているため、振り返りシートでプロセスを確認し学生ごとへフィードバックしている。

3. 心理尺度を用いた学習効果の分析

3.1 進路選択自己効力

主体的なキャリア形成のためには進路選択に対する自己効力感を高めることが必要である。進路選択に対する自己効力尺度⁽³⁾を授業1回目と15回目の授業終了時に実施した。本尺度は30項目を4件法で回答しており、両方に回答した有効回答数は77名である。2回とも正規性があり、15回目に進路選択自己効力が0.1%有意で向上した(表1)。

表1. 進路選択自己効力の測定結果

	平均	(標準偏差)
1回目	82.0	(11.96)
15回目	84.6**	(11.86)

※ $n=77$, ** $p<0.01$

3.2 情動知能

日本におけるSELと同じような概念として、情動知能や非認知能力というキーワードがある。特に、GolemanがいうEQ(情動知能)の「5つの側面(自己認識, 自己統制, 意欲, 共感, 社会的能力)」⁽⁴⁾とSELは重なる点が多い。そのため、本科目1回目終了時と14回目終了時に、情動知能の質問紙である日本語版WLEIS⁽⁵⁾を使って測定を行った。日本語版WLEISは、「自己の情動評価」「他者の情動評価」「情動の利用」「情動の調節」という4つのカテゴリーに分かれる。本尺度は16項目を7件法で回答しており、両方に回答した有効回答数は87名である。「他者の情動評価」カテゴリーは1%有意で向上した(表2)。

表2. 情動知能の測定結果: 平均(標準偏差)

	自己の 情動評価	他者の 情動評価	情動の 利用	情動の 調節
1回	21.6 (3.07)	21.1 (3.13)	17.1 (3.64)	18.3 (3.73)
14回	22.2 (2.97)	21.9** (2.96)	17.6 (3.63)	18.9 (4.32)

$n=87$, ** $p<0.01$

3.3 進路選択自己効力と情動知能との相関

先述した進路選択自己効力及び日本語版WLEISの両方ともに2回回答した有効回答数は74名である。15回目の進路選択自己効力及び14回目の日本語版WLEISの相関係数を調べたところ、「自己の情動評価」と「他者の情動評価」は弱い正の相関、「情動の利用」と「情動の調節」は正の相関があった。(表3)。

表3. 進路選択自己効力と情動知能の相関

	自己の 情動評価	他者の 情動評価	情動の 利用	情動の 調節
相関 係数	0.32	0.43	0.53	0.52

$n=74$

4. おわりに

本科目15回終了後の授業評価アンケートにおける質問4つに対する平均(標準偏差)は下記のとおりで

ある(4件法, 有効回答数 50名)。「①あなたは、この授業に対して意欲的に取り組んだ」3.9 (0.35), 「②この授業において、教員の指示は適切だった」3.8 (0.40), 「③全体的に、この授業の内容は理解できた」3.7 (0.51), 「④総合的に判断すると、良い授業だった」3.8 (0.40)。すべての項目で、本専攻平均よりも高い値であった。また、主体的なキャリア形成の指標になる進路選択自己効力は 0.1%有意で向上したため、キャリア教育としての学習効果があったと考えている。

情動知能の指標として用いた日本語版 WLEIS は、「他者の情動評価」カテゴリーのみ有意に向上した。これは、2021 年度に拡充したプロセスエデュケーションの効果かもしれない。2020 年度の本尺度調査⁶⁾は、急なオンライン授業への対応のため、4 回目と 13 回目に測定したので純粋な比較にはならないが、「情動の調節」カテゴリーのみ有意に向上した。

本科目終了時における進路選択自己効力及び日本語版 WLEIS カテゴリーには弱い正の相関はあったため、SEL の意義はあると考えている。

2022 年度は、本科目を面接授業で実施する予定のため、授業方法の違いも含め、SEL の学習効果を心理尺度や半構造化インタビューで明らかにしたい。

謝辞

本研究は、JSPS 科研費 JP 19K03100, 20H01727, 21K18516 の助成を受けたものです。

参 考 文 献

- (1) CASEL, <https://casel.org> (2022/2/24 閲覧)
- (2) Kolb, D. A. : “Experiential learning: Experience as the source of learning and development”, Prentice Hall, Englewood Cliffs. (1984)
- (3) 浦上昌則: “学生の進路選択に対する自己効力に関する研究”, 名古屋大学教育学部紀要, Vol.42, pp.115-126 (1995)
- (4) Goleman, D. : “Emotional Intelligence: Why it Can Matter More Than IQ?” (1995). (土屋京子訳, EQ : こころの知能指数, 講談社)
- (5) 豊田弘司ら: “日本版 WLEIS (Wong and Law Emotional Intelligence Scale) の作成”, 奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要, 20 巻, pp.7-12

(2011)

- (6) 田中洋一: “オンラインでのキャリア教育科目における SEL の設計と進路選択自己効力の向上”, JSiSE Research Report vol.35, no.6, pp.27-30 (2021)