

## 大学生を対象とした自己表現トレーニングの効果

富永敦子\*1・五十嵐美華\*1・柄本健太郎\*2・向後千春\*1

\*1 早稲田大学・\*2 東京学芸大学

### 1. はじめに

社会の要請から、汎用のコンピテンスを育成することが大学に求められている。それらは「学士力」や「社会人基礎力」とも呼ばれており、その中身はチームワーク、コミュニケーション、問題発見・解決、IT スキル、リテラシーといったことである。こうした能力の育成は初年次教育だけでは不十分であり、在学中に履修するあらゆる授業の中に「埋め込まれた形で」訓練される必要がある。

本授業実践では、グループワークを中心とした授業の冒頭 15 分間を使って、ウォーミングアップ（アイスブレイク）の代わりとして、「自己表現トレーニング」という名前のスピーチの練習を行った。学生には「就職活動に役立つ」可能性があるということで動機づけた。真の目的は、相手からの質問に対する的確かつ論理的に回答を考え、それを即時に口頭表現するスキルをトレーニングすることであった。以下に授業の内容とアンケートによる評価について報告する。

### 2. 自己表現トレーニングの内容

自己表現トレーニングは、インストラクショナルデザインの応用に関する授業（履修者数 234 人）の中で行った。この授業は、オンデマンドのeラーニングと教室での対面講義とを組み合わせたブレンド型授業であった。自己表現トレーニングは、隔週で行う対面講義の冒頭で実施し、半期で6回行った。毎回、5~6人程度のグループを編成し、与えられたテーマについて、グループメンバーそれぞれが1分間でスピーチを行った。各回のテーマは、第1回「社会で起きているちょっと気になること」、第2回「人間科学部って何やっているの?」、第3回「自分の希望と違う仕事に回されたらどうしますか?」、第4回「大学の勉強って社会では役に立たないよね?」、第5回「あなたは周りからどんな人だと思われていますか?」、第6回「ソーシャルメディアはこれからどのように使われていくと予測しますか? その中でわが社はどのように使っていけばいいのか提案してください」であった。グループ活動が終わったあと、教員が自己表現スキルのポイントを解説した。

### 3. 方法

授業最終回に自己表現トレーニングに関するアンケートを実施した。質問項目は、1)自己表現トレーニングをうまくできたか（達成度）、2)自己表現トレーニングはためになったか（役立ち度）、3)良かった点、4)改善点であった。達成度と役立ち度は5件法、良かった点と改善点は自由記述であった。

### 4. 結果と考察

#### 4.1. 自己表現トレーニングの達成度および役立ち度

アンケートの回答者は170人（回答率72.6%、1年55人、2年61人、3年31人、4年以上12人、未記入11人）であった。達成度は平均3.36（SD=.90）、役立ち度は平均4.25（SD=.73）であった。

#### 4.2. 自己表現トレーニングの良かった点と改善点

良かった点と改善点の自由記述は、まず1文ずつに区切り、315コメントに切片化した。次に、良かった点の180コメントを「良かった活動」と「活動に対する評価」に分け、それぞれカテゴリに分類した。その結果、良かった活動は「就活の練習」「話す練習」などの11カテゴリ、活動に対する評価は「向上の実感」「自己の認識」などの5カテゴリに分類された。また、改善点の135コメントは「フ

フィードバック」「グループ」などの6カテゴリに分類された。

これらのカテゴリをもとにカテゴリ関連図(図1)を作成し、以下のストーリーラインを作成した。

学生は、自己表現トレーニングを「話す練習」「就活の練習」と捉えており、これらは「社会で役立つ内容」であるが、これまで「教わることがない内容」だったとしている。その一方で、自己表現トレーニングを、授業中のグループワークのためのアイスブレイクの活動ととらえている学生もいた。

自己表現トレーニングの構成要素は、「スキル練習」「知識習得」「他者の存在」の3つに整理できる。スキル練習では、「テーマ設定」されていたこと、1分間という「短い時間」だったので内容を絞り込まなければならなかったこと、隔週で6回「繰り返し」てトレーニングしたことにより、人前で話すことに「慣れ」たし、構成を考えながら話せるようになったと「向上を実感」している。また、他者が聞いてくれたり、他者の自己表現を聞いたりすることにより自分自身のスキルを改めて認識できたとしている。さらに、トレーニング後に行われた、表現のポイントに関する「教員の解説」も知識習得として役立っている。

改善点として最も多かったのは「テーマ」である。就活に関するテーマが多かったため、1年生には難しかったようである。テーマあるいはグループによっては時間が余る場合、足りない場合があり、「時間配分」を調整してほしいという要望が多かった。また、「他者の存在」や「教員の解説」を評価するとともに、もっと踏み込んだ「フィードバック」がほしい、「グループ」に対してもっと教員が介入してほしいという要望があった。

## 5. 結論

量的データおよび質的データの分析結果から、学生にとって自己表現トレーニングは有益であったと推測される。次年度は、1年生にも取り組みやすいテーマを取り入れること、フィードバックの仕組みを工夫することが考えられる。また、解説もより体系的なものにする必要があるだろう。

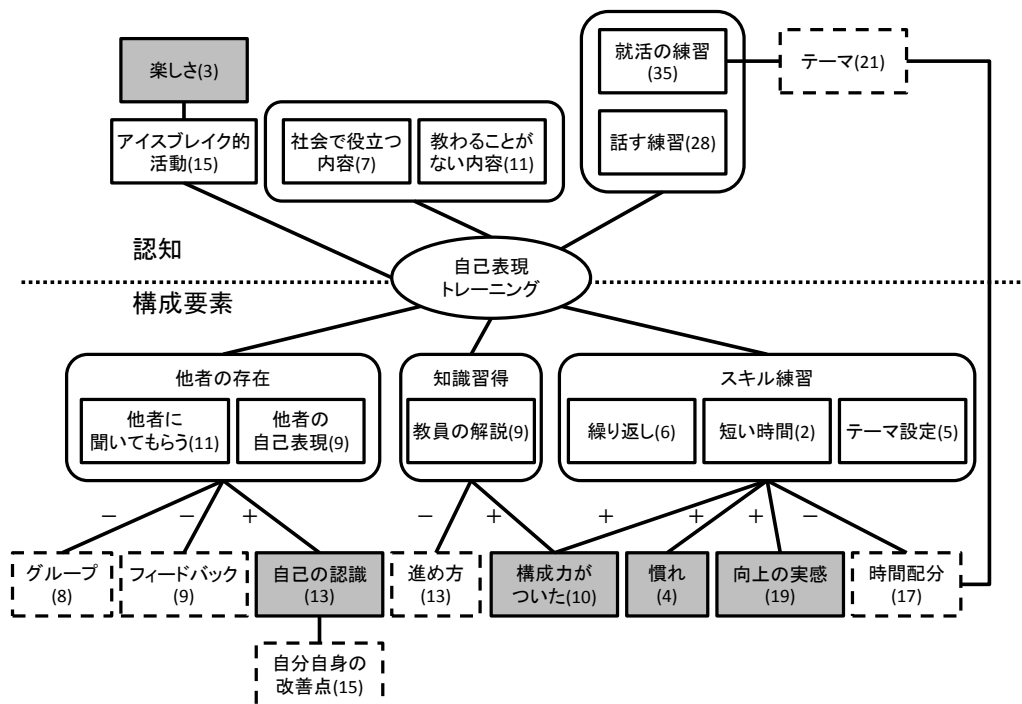


図1 カテゴリ関連図

○ 内の数値はコメント数、実線・白枠が「良かった活動」、実線・色枠が「活動に対する評価」、点線枠が「改善点」のカテゴリ