

研究論文

大学におけるキャリア教育は何を目指せばいいのか
— 自己調整学習能力を育成することの意義 —

富岡直美*

What is the Aim of Career Education in University?:
The Significance of Developing the Self-Regulatory Competence

Naomi TOMIOKA

【要約】

変化の多い現代社会を生き抜いていくためには、大学での学習においても必要となる力、自己調整学習能力の育成が必要である。自己調整学習能力とは、自らの状況を観察し、自ら判断した行動をとり、そしてその行動を振り返る力のことである。本稿では、なぜキャリア教育で自己調整学習能力の育成が必要か、具体的にそれはどのような特徴があるものかを紹介し、その意義について述べることを目的とする。

* 摂南大学

はじめに

中央教育審議会（2011）は、人が、生涯の中で様々な役割を果たす過程で、自らの役割の価値や自分と役割との関係を見出ししていく連なりや積み重ねをキャリアと呼び、キャリア教育はこのような、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であると定義している。文部科学省によるキャリア教育推進の方針に伴い、2011年度から大学におけるキャリア教育も本格化した。文科省の答申によれば、その具体的教育内容は多岐に渡っており、実際の教育目的や方法は各大学、または各担当教員に委ねられている。本学でも、教育の理念に根差した独自のキャリア教育カリキュラムの開発を目指している。

一方、日本におけるキャリア教育は、今世紀になってから関心が高まってきたばかりであり、日本の大学生に特化したキャリア教育の内容や手法などに関する研究もまだ多いとは言えない状況である。そこで、本稿では大学のキャリア教育を通して担当教員が何を目指すべきかを考察する。

大学生が社会に出るために必要な力

現代社会の特徴として、多様性と変化のスピードについて語られることが多いのは周知の事実である。グローバル化する社会においては、国内外で多様な文化や多様な人と接する機会が増え、その多様性にうまく適応していくことが必要となってくると言われている。成熟社会と言われる現在の日本では人々の価値観や生活スタイルも多様化しており、そのニーズに合わせて企業、職種、働き方も多様化している。このような社会が今後どのように変化していくのかは予測が難しい。次の時代を作っていく若者が予測不可能な変化と多様性の社会を生き抜いて、自分のキャリアを積み重ねていくために、大学におけるキャリア教育は学生のどのような成長を目指せばいいのだろうか。現代社会において社会的・職業的自立に向けて基盤となる能力とは具体的にどのような力を言うのであろうか。

社会で必要とされる力については、すでにさまざまところで語られている。経済産業省は、社会で求められる基礎的な力を「社会人基礎力」と呼び、一歩踏み出す力、考え抜く力、チームで働く力の3つにまとめた（経済産業省、2006）。また、文部科学省は学士課程で育成する力として「学士力」を定義している（中央教育審議会、2008）。産業界ではPDCAサイクルが生産管理や品質管理の分野で品質改善に用いられている。これは、Plan（計画）、Do（実行）、See（評価）を繰り返すサイクルであり、業務を円滑に遂行するためには職業人にとって欠かせない考え方の一つとなっている。このPDCAサイクルの有用性は広く認められており、大学教育でもPDCAサイクルが稼働されることが期待されている（中央教育審議会、2008）。つまり社会では産業界に限らず、このPDCAサイクルを上手く回すための力が求められていると言えよう。

一方、心理学の分野では、Zimmerman (1986) が自己調整学習 (SRL: Self-regulated learning) を定義して、“Students are self-regulated to the degree that they are metacognitively, motivationally, and behaviorally active participants in their own learning process

(Zimmerman, 1986, p5).”と述べており、学習者は教育を受けるだけの受け身的な存在ではなく、自ら立てた目標に向かって学ぼうとする自律的な存在であるとしている。自己調整学習の理論によると、学習者は学習の予測や準備を行う「予見」、実際の学習活動を行う「遂行」、そして自らの学習を振り返る「自己内省」という学習サイクルを循環させている (Figure 1)。このサイクルは先に述べた職業人が業務を遂行する上で欠かせない PDCA サイクルと類似している (例えば吉田, 2011)。つまり、大学における学びの中でこの自己調整学習能力を育成することは、職業人として社会に出た時に PDCA サイクルを回すことができる人材を育成することにつながるものと考えられる。

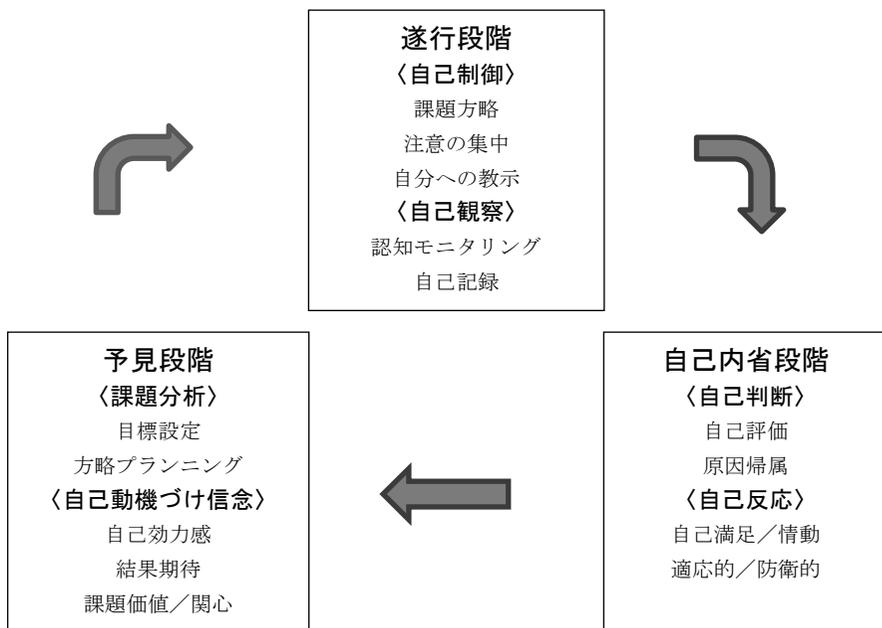


Figure 1 自己調整の諸段階と諸過程
(Schunk & Zimmerman, 2008 塚野訳 2009, p.232, 図 11.1)

Bembenutty (2011) は、大学生が学業を達成するためには自己調整学習能力が必要であると述べている。また、Zimmerman (2001) は、状況の変化が急速に起きている社会では、社会だけでなく個人も急速な技術の進歩につれて変わっていかねばならず、労働者は自ら学習をする必要があると述べており、学業のうえでも社会の変化に対応するうえでも自己調整学習能力が必要であることが分かる。一方、日本においても、大学において学習者が「自己管理能力」(自らを律して行動できること)や「生涯学習力」(卒業後も自律・自立して学習できること)を培うことが必要であると言われている (文部科学省, 2008)。また、社会人基礎力の一つで

ある「一歩踏み出す力」は、自主性や実行力などを含んでおり、社会では自ら行動することが求められている。畑野（2010）は、学生の自律的学習意欲を育成することは大学教育において最も重要な課題であるとし、SRL研究が学習者の能動性に着目し、特にメタ認知の観点から自律的学習態度の形成と教育の関係性について検討されていることから、SRLを日本の大学教育において導入することの有効性について考察している。これらの点から、キャリア教育において大学生の自己調整能力を育成することは、学生が学業を達成するための態度が養われ専門教育への取り組み方にも影響するとともに、将来社会で生きていく上でも意義あることであると考えられる。

自己調整学習能力とは

本節では、自己調整学習能力とは具体的にどのようなものであるかについて Zimmerman & Schunk (2001) を概観する。SRLは、1980年代半ばにアメリカで登場した。それ以前の学習理論は、教師が学習者に何を与えるかということに焦点を当てていたのに対し、SRLでは学習者がどのように学ぶかという点に焦点が当たっている。つまり、学習者の概念は、与えられる者という概念から、SRL理論の登場によって自ら学ぶ者と変化した。先に述べた Zimmerman (1986) の定義にあるように、SRLにおいては、学習者を「メタ認知的、動機的、行動的に積極的な関与者」と位置付け、それらの側面から学習者がどのように自己調整するのかが見られることとなる。

Figure 2 が示しているように、人は個人（目標）、行動（方略的行動）、環境の三つの変数間の相互作用を働かせて生きている (Zimmerman & Schunk, 2001)。すなわち、人は目標を設定し（メタ認知）、方略的に行動し、そして環境からのフィードバックを得る。行動してみたり、行動の結果を体験したりすることにより、次もできそうだというような自己効力感 (Bandura, 1995 本明・野口 1997) を高める。自己効力感が高まると、次の目標に向かうように新たに動機づけられ新たな目標へと向かう、という循環を経験しながら徐々に高められていくのである。

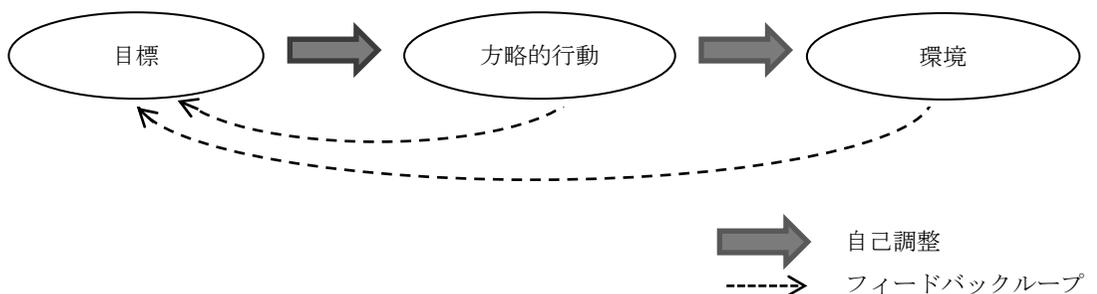


Figure 2 自己調整の循環モデル
(Zimmerman & Schunk, 2001, p.302 を筆者が翻訳・改編)

自己調整学習能力は、Table 1 のように、社会的認知の立場から 4 つのレベルに分けられている (Schunk, 2001 伊藤 2006)。初めは、社会との関わりの中で他者の行動を観察学習し、そこで気付いたことを言葉にして記憶していく観察レベルを経験すると、次に観察学習で気付いたことを実際に実行し模倣する模倣的レベルへと発達する。模倣してやる事ができれば、その後同じような状況に直面した時に、誰かに言われるのではなく自らその行動をとることができる。この自己制御されたレベルを何度か経験することで、全く同じ行動でなくても自分で考えてその状況に適切と思われる行動を選択して実行していけるようになる。このレベルが自己調整されたレベルである。

崎浜 (2000) は、人のためになることを自ら進んで行動するような向社会的行動の促進や、一般の学習における熟達化において、自己調整学習能力が影響を及ぼすことを示唆している。しかしながら、キャリア教育という文脈においては、向社会的行動や一般の学習のようなある特定の行動や知識を学ぶだけではなく、急速に変化する社会の中で行動している人々の価値観の多様性を学ぶことも大切である。多様な価値観を知り、そこでどのように行動していくのが望ましいのかを自ら判断するために、学習者はアンテナを広く張り、観察学習をすることが求められるといえよう。これらのことを踏まえれば、大学生を対象としたキャリア教育において観察的レベルを促すことで、学生は感性を研ぎ澄まし、自己を取り巻く環境に対して気付くことが多くなり、その時の自己の感情にも気づくことができる。それにより知性を働かせて次にとるべき自分の行動を判断し、実際に行動に移してみたことに対して内省することができるようになるということが予想される。つまり、大学生が単に知性だけでなく感性を磨くことにより、社会人として適切に自己調整ができるようになる。このことが明らかになれば、自己調整能力を高める教育的介入方法の検討が容易になり、社会で活躍できる人材の育成に貢献できるものと考えられる。一方、皆川 (2005) は、心理学では、外界に生じる色々な事象に気づき (感性)、それらの内容を理解する (知性) 過程で営まれる様々な心的活動を認知という述べている。近年、心理学の主要テーマとして感情が取り上げられることが多くなっており、感性を働かせて自らの感情や認知を活性化させるプロセス、自己調整学習についての研究も国内外において近年の発展的研究領域である。

Table 1
自己調整能力の発達の社会的認知モデル
(Schunk, 2001 伊藤 2006, p.140, 表 4.2)

発達レベル	社会からの影響	自己からの影響
観察的レベル	モデル	
模倣的レベル	言葉による説明 社会的ガイダンス フィードバック	
自己制御されたレベル 自己調整されたレベル		内的基準、自己強化 自己調整的なもの 諸過程、自己効力 信念

さらに、教育実践に目を向ければ、Schunk (2001) は、社会的認知理論がすでに多く研究されてきており、この理論を学習場面でも利用できるような新たな手法の開発が期待されていると述べている。先に述べたように、Bembenutty (2011) は、大学生の学業の達成には自己調整能力が必要であると主張しており、日本においても大学教育への導入の必要性が検討されている(畑野, 2010) が、未だ手法の開発には至っていない。日本の大学生を対象として、感性に着目してキャリア教育における自己調整能力の育成を目指すことは大いに意義のあることだと言える。以上のような理由から、今後、観察学習が日本の大学生のキャリア教育においても有効であることについて実践を通して確認する必要がある。

まとめ

これまで述べてきたように、現在の日本の現状を踏まえれば、現代社会を生き抜いていくためには自己調整学習能力が必要であることが明らかである。キャリア教育だけでなく、あらゆる専門科目、教養科目においても自己調整学習能力を育むように学習者主体の授業を実施することで、学生の自己調整学習能力が高められる。今後は、実際にどのような教育的介入をすれば有効であるかを検討し、実践していかなければならない。授業実践の方法については更に検討を続ける必要がある。

また本稿では、社会で求められていることを前提に、キャリア教育が大学生のどのような成長を目指せばいいのかについて考察した。自己調整学習は学習者の能動性や自律性に焦点を当てている理論であるが、今回は学習者の実際の能動性や自律性については触れられていなかった。今後は、学習者の立場からその実態について調査し、実態を把握した上での更なる考察が必要である。

(引用文献)

- Bandura, A. (Ed.) (1995). *Self-efficacy in Changing Societies*. Cambridge: Cambridge University Press. (バンデュラ A., 本明貫・野口京子(監訳) 本明貫・野口京子・春木豊・山本多喜司(訳) (1997). 激動社会の中の自己効力 金子書房)
- Bembenutty, H. (2011). Introduction: Self-regulation of learning in postsecondary education, In H. Bembenutty(Ed.), *Self-regulated learning*. San Francisco: Jossey-Bass. 3-8.
- 畑野快 (2010). 自己調整学習の有効性と検討課題及び大学教育への導入についての一考察 京都大学高等教育研究, **16**, 61-72.
- 経済産業省 (2006). 社会人基礎力に関する研究会「中間取りまとめ」—経済産業省2006年1月20日 <<http://www.meti.go.jp/policy/kisoryoku/torimatome.htm>> (2014年1月10日)
- 中央教育審議会 (2008). 学士課程教育の構築に向けて 文部科学省 2008年12月24日 <http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/1217067.htm> (2014年1月10日)
- 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 2011年1月31日 <http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/1301877.htm> (2014年1月10日)
- 皆川直凡 (2005). 俳句理解の心理学 北大路書房
- 崎浜秀行 (2000). 自己調整 (self-regulation) 研究に関する考察 (1) 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (心理発達科学), **48**, 65-72.
- Schunk, D.H. (2001). Social cognitive theory and self-regulated learning. In B. J. Zimmerman & D.H. Schunk (Eds.), *Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspective*. 2nd ed. New York: Lawrence Erlbaum, 125-151. (ジマーマン & シャンク, 伊藤嵩達(2006). 社会的認知理論と自己調整学習 シャンク D.H. & ジマーマン. B.J. (編著), 塚野州一(編訳), 伊藤崇達・中西良文・中谷素之・伊田勝憲・犬塚美輪(訳). 自己調整学習の理論 北大路書房 119-147.)
- 吉田国子 (2011). 自己調整学習力獲得を促す e ラーニングツール—各国の試みから— 東京都市大学環境情報学部情報メディアセンタージャーナル, **12**, 69-73.
- Zimmerman, B.J., & Schunk, D.H. (2001). Reflections ont theories of self-regulated learning andacademic achievement. In B.J. Zimmerman & D.H. Schunk (Eds.), *Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspective*. 2nd ed. New York: Lawrence Erlbaum, 289-307.
- Zimmerman, B.J., & Schunk, D.H. (2008). Goal setting: A key proacrivesource of academic self-regulation. In B.J. Zimmerman & D.H. Schunk (Eds.), *Self-regulated learning and academic achievement*. New York: Lawrence Erlbaum, 267-296. (シャンク, 塚野州一(2009). 目標設定—学習の自己調整の基本的能動的源— シャンク D.H. & ジマーマン. B.J. (編著), 塚野州一(編訳), 中谷素之・伊藤崇達・岡田涼・犬塚美輪・瀬尾美紀子・秋場大輔(訳) (2009). 自己調整学習と動機づけ 北大路書房 221-243.)
- Zimmerman, B.J. (1986). Development of self-regulated learning: Which are the key sub-process? *Contemporary Educational Psychology*, **16**, 307-313.