

観察眼と人間性を養うための人物力研究 —その主旨と実践

関戸 冬彦、森田 敦子、杉浦佐知子

A Case Study of Analysis for Individuality to Nurture Observation Eyes and Humanity —The Main Idea and Practice

SEKIDO Fuyuhiko, MORITA Atsuko, SUGIURA Sachiko

The main purpose of this report is to introduce a case about analysis for individuality to nurture observation eyes and humanity. First, the value and effectiveness will be revealed with the procedure. Second, case studies as examples will be introduced, and examine what happened and what results could be gotten. Finally, the possibilities of contributing to improve students' observation eyes and humanity will be considered when this study and approach are introduced in the classrooms at universities. This report will try to show that this can be one of the innovative ways for educational approaches at universities with the points of practical procedures.

はじめに

本稿は執筆者らの間で〇〇力研究と称されている研究を紹介し、まずはその価値と効果を明らかにする。その後、具体的な研究事例を紹介し、どのようなことが起きたのか、研究結果が得られたのか、を吟味する。そして最後に、この研究を大学の教室に持ち込んだ場合、その方法とアプローチが学習者たちの観察眼と人間性の向上にいかに関与するかという可能性を考察する。そこでは実践の過程における注意点なども考慮、検討しつつ、これが今後の大学教育への一助となりうることを示唆しようと試みる。

1 ○○力研究とは何か？

○○力研究とは、ある特定の人物に着目し、その人物が持つ力や影響などを分析し、あたかもそれが技であるかのようにあぶりだし、その技を習得するにはどうしたらよいか、などを考える人物力研究のことを指す。これはTTPS勉強会¹という勉強会と、ありえる楽考²というグループのメンバー内で話題になり、不定期ではあるものの、複数の人物に対し行われてきた。典型的な研究のやり方、手順を以下に記す。

- 1 ○○さんの周りにいる複数の人から、○○さんのすごいと思うところを記述として集める（アンケートの実施やグループで使用しているslackにある文言などを参照）。
- 2 アンケートで集まった言葉を文節で分け、類似した文節でグループを作る。これによって、周りの人から見た○○さんの特徴ラベルを作成する。
- 3 ラベル間の繋がり（いわゆる構造と言ってるモノ）を考える。こういう行動はこういう特徴からきているんだなと理解する（これは研究者の主観ではある）。
- 4 3を本人や周りの人に見てもらって構造のブラッシュアップをする。
- 5 ○○さんの特徴のうち、研究者が再現性が出せるようにモデルとして記述したい（真似できるようにしたい）と思うものについての仮説を立てる。
- 6 5のモデルについて、4でのコメントや本人へのインタビューなどに基づいてさらに精緻化する³。

1 TTPSとは「徹底的にパクって進化する」という表現の一部のアルファベットを連ねた造語。凡そ月に1度、現在はオンラインにてこれまでに78回開催されている（2020年11月現在）。なお中尾隆一郎、鈴木利和、脇岡優美子による関連書籍『学びを最大化するTTPS（徹底的にパクって進化させる）マネジメント』がディスカヴァー・トゥエンティワンより2020年12月18日に出版された。

2 鈴木利和が主宰のグループコーチング。詳しくは以下の論文、「セルフマネジメントを目指したコーチング手法の考察 ありえる楽考の取り組み」（アカデミック・コーチング研究創刊号 pp.14-27）を参照。

3 このモデルは加藤めぐみ氏による（一部執筆者が文言を加筆修正した）。これはあくまで一例であって、この通りでないといけない、あるいは、この手順でないとお○力研究とは見なされないということではない。なお、加藤氏は仮説としながらも「人の力は個別のスキル要素の足し算ではなくて、統合されたシステムとして全体感のある能力であるはず」との見解に立っている。

こうして出来上がった文言による見取り図的なものを参考にしながら、zoom（ウェブ会議システム）を通したミーティング／イベントのようなものを開催し、参加者が研究した者とされた者の双方から学べる機会も設けている。要は、誰かの優れた点を可能な限り多くの人と共有し、それを自分の技として取り入れてみようという試みなのである。

以上が〇〇力研究の概要ではあるが、これはジャンルとしてはいかなる学問分野に相当するのだろうか。人物力研究といえば、いわゆる歴史学、ないし歴史研究が思い浮かぶが、この場合は歴史とあるように、評伝研究でもあり、要は文献研究である。その点、〇〇力研究の場合は目の前にいる、あるいは現在生きている人物を観察し、その力をわざとして捉えるので、歴史学とは一線を画している。そこで、〇〇力研究に関連すると思しき書籍に付与されている図書分類法の番号を基に少し考えてみたい。例えば、Deliberate Practiceを提唱しているアンダース・エリクソンの『超一流になるのは才能か努力か?』は141.1の心理学になっている。マインドセットに着目したキャロル・ドゥエックの『「やればできる!」の研究』は158と倫理学、道徳の中のその他の特定主題に属され、アンジェラ・ダックワースの『やり抜く力』は159の人生訓、教訓となっている。ほかの分野に分類されているものとしては、スポーツ選手はじめ、様々な分野で活躍している人々の例を記した斎藤孝の『「できる人」はどこがちがうのか』は371.41と教育学、教育思想になっている。また、斎藤は『学びのきほん 人生を面白くする 学びのわざ』で、学んだことをいかにわざとして身につけるかということを説明している。これは〇〇力研究のスタンスととてもよく似ている。特に「身近な人への興味や憧れが、新しい世界に一步踏み出すきっかけになる」(18)や「知識や思考も「わざ化」することで、ようやく自分のものとして使いこなすことができるようになる」(32)、「自分が気になる人が「すごい」と言っているものは、試してみる価値があります」(74)などはこの研究を「やってみたい」と個々の心に思わせる原動力とほぼ同じだろう。なお、上述書は図書館での番号は未確認だが、NHK出版としてのシリーズは「教養、文化」となっている⁴。

これらの書籍分類から察するに、母体は己の力を信じたり、自己や他者への動機づけという観点から考えると心理学に近い分野であると想起されるものの、そこに人生全般を対象とする人生論的な視点も含まれるものとも見なされ、著

4 「学びのきほん」シリーズは同書を含めこれまで約10冊出版されている。

者の専門分野によっては教育学的な要素も含まれるとも見なされるのだろう。学ぶことを研究することは必ずしも教育学とはならないかもしれないが、かつどちらかという心理学の一部と扱われているようだが、従来であれば教育に近いイメージがあるのかもしれない⁵。しかし、既成の学問分野のいくつかを横断的に網羅しつつ、広く教養や文化にも関わりながら人間（力）の可能性に焦点をあてて学ぶという〇〇力研究は、実は型にはまりきらないユニークな学問的アプローチと言えるのではないだろうか。

2 具体例としての〇〇力研究

では具体例を取りあげながら、〇〇力研究が実際にどういうものであるのかを先のプロセスを参考にしつつ、その効果や影響について考察していく。ここでは執筆者らが取り組んだ、Aさんという女性への研究を例に挙げる。

2.1 Aさん研究を例にして

Aさんは普段から「いるだけで場の雰囲気がすごくよくなる人」と言われていた。ところが本人にはその自覚が皆目なく、「自分のどこがすごいかわからない」とよく周囲に漏らしていた。よって、その本人に自覚のないAさんのそのすごさとは何なのかを探るべく、〇〇力研究をAさんを対象として、執筆者らを含む、周囲の友人たちが試みることになった。やり方は上記に則り、まずはGoogle Formsでアンケートを作成し、Aさんを知るであろうメッセージンググループなどに属する知人、友人たちを対象に実施した。その後、執筆者ら（関戸、森田、杉浦）を含む複数名の有志によるアンケート分析、ならびにそれを基にした考察、を行った⁶。ここではそのうちの3例をそれぞれ記す。なお、3例とも個々の執筆者による主観も含まれるため、同じ人物でありながらAさんに対する着目点は三者三様異なるし、得たい、あるいは観たい、と思うものも違うので、あたかも芥川龍之介の小説「藪の中」、もしくは黒澤明監督の映画『羅生門』的に観察する対象は同じであっても導かれる結末はそれぞ

5 『学びとは何か』という今井むつみの著書は141.3で普通心理学、心理各論に属している。なお、本間正人は学びについて、従来の教育学ではなく学習学という新たな分野を提唱している。例えば『学習学にもとづくコミュニケーション豊かな小学校外国語活動授業のつくり方』を参照。

6 アンケートで得られた文言はここでは二次使用にあたるので、執筆者らでほぼ同義になるよう加筆修正を施してある。

れであり、似ている部分があれば異なる部分もある。

2.1.1 研究／考察事例1

執筆者（関戸）は、研究／考察事例1において、Aさんをアメリカ小説『ライ麦畑でつかまえて』に登場する主人公、ホールデン・コールフィールドの妹フィービーになぞらえ、その特徴を対比的に見ることで明らかにしようと試みた。Aさんをフィービー的だと思ったのは、アンケートでの回答文言などからもうかがえたように、知らずと人を励ましたり、明るくしたりするという特徴が見てとれたからだ。『ライ麦畑でつかまえて』において、高校を放校処分になり、見るモノ会う人、なんでも“phony”（インチキ）という主人公の少年、ホールデン・コールフィールドが唯一心のよりどころにしている妹フィービー、そこにはホールデンの孤独な心を照らす明るさのようなものがあるように思えたのも対象とした理由である。ここでホールデンが語るフィービーの特徴をいくつか見てみよう。例えば、フィービーへの最初の言及は、「フィービーは一見の価値があるぜ。あんなにかわいい、あんなに利口な子は、君も生まれてから見たことがあるまいと思う」（106）だった。「かわいくて利口」というのは容姿に対する賛美と賢さへの称賛であり、こうした内容もアンケートでは複数散見された。また、人の話をよく聞くという傾聴的な側面に関しても、「彼女はひとが何かを話してきかせるときには、必ず耳をすまして聞く子なんだ。そして、おかしなことに、二度に一度は自分が知ってることをまた聞かされたりするんだけど、それでも耳をすまして聞いてんだからなあ。ほんとなんだ。」（260）とある。よって、ホールデンにとってのフィービーとは、自分の話を聞いてくれる、かわいくて賢い子なのだ。だからこそ彼は作品後半で西部に行く前にフィービーに会いに行ったのだろうし、「ライ麦畑のつかまえ手になりたい」というこの作品の要とも言える箇所「僕のやる仕事はね、誰でも崖から転げ落ちそうになったら、その子をつかまえることなんだ。（中略）一日じゅう、それだけをやればいいんだな。ライ麦畑のつかまえ役、そういったものに僕はなりたいんだよ。」（269）をほかでもないフィービーに対して語ったのだろう。この「話を聞いてくれる」という部分は複数のアンケート回答者が直截的にこれらの文言を発さずとも、「聞き上手」や「安心感」などアンケートの言外からも察することのできる内容であると執筆者は判断した。よって端的に言うとホールデンはフィービーの容姿と言動によって励まされているように見え、それは最終場面でもある25章の終わりで「フィービーがぐるぐる回り

つづけているのを見ながら、突然、とても幸福な気持ちになったんだ。(中略)なぜだか、それはわかんない。ただ、フィービーが、ブルーのオーバーやなんかを着て、ぐるぐる、ぐるぐる、回りつづけてる姿が、無性にきれいな見えただけだ。」(330)からもわかる。これはまた、アンケート回答者がAさんに対して感じていること、あるいは寄せられた様々な印象を集約した言葉、「(いるだけで)励まされる」に相似形のように木霊していると思われる⁷。

さらに、アメリカの心理学者コフォートの考えも援用してみる。日本では和田秀樹がその考えを『自信がなくても幸せになれる心理学』などで紹介しているが、そこには誰もが求める3つのニーズがあるという。それは、「鏡自己対象」ニーズ、「理想化自己対象」ニーズ、「双子自己対象」ニーズ(77)で、これらは共感力という言葉でまとめられる。「鏡」とは「この人だけは自分を認めてくれる。この人だけは注目してくれる。」(77)で、自分をあたかも鏡のように映し出してくれる人を指す。「理想化」は「不安なときなど、「この人がいればなんとかなる」「この人がいるから大丈夫だ」と思える相手」(78)で、「双子」は「自分に近い存在に感じることで安心感を与えてくれる人」(81)である。これらの点を先の『ライ麦』の文脈にあてはめると、ホールデンはフィービーを「鏡」のような存在と信じ、かつ「理想化」の対象なので直接話がしたいと足を運び、共感を示す言葉を発してくれる「双子」のようにも感じている。これはアンケート回答者がAさんに対して感じていること、例えば先の「聞き上手」、あるいは「寄り添う」「応援」「見守り」などとも言わずもがな、近接している⁸。

今回執筆者が取ったこの研究アプローチは、アンケートの結果、ならびに執筆者の知るAさんの側面からその特徴を抽出し、それを文学作品の登場人物に準えて考察するという、文学研究に〇〇力研究を加えた、とてもユニークな試みとなった。つまり、現実的な人物を理解しようとするのと、文学作品における人物への理解が比較対象とすることで相乗効果的に進み、これまでなかった気づきと呼び寄せ、双方への理解が加速度的に深まった結果となった。

7 『ライ麦畑でつかまえて』とはげましに関しては別論、「ライ麦畑ではげまして—『ライ麦畑でつかまえて』と励ましとの相関性に関する一考察」(2021年3月発表予定)において詳細に論じているのでここではAさんと関わる部分のみ限定的に言及する。

8 この点についても上記別論を参照。

2.1.2 研究／考察事例2

執筆者（森田）は、Aさんの「相手に視点を提示して、（相手が）やろうと思うエネルギーを増やす」という力に着目をした。実際に執筆者自身がAさんと接していてその効果を感じているのだが、その「エネルギーを増やす」という部分に大きく2つのフェーズがあるのではないかと考えている。

- ①（挑戦する前）はじめの一步を踏み出す勇気づけ
- ②（挑戦し始めた後）取り組みを試行錯誤している中での勇気づけ

①はもちろん重要だが、上述の背景に照らしてみると②の部分で継続的にサポートし続けることにも非常に価値があると考えられる。では、実際にAさんはどのようにサポートをしているのだろうか。ここでは、執筆者がAさんと接する中でAさんから直接見聞きした内容と、Aさんについてのアンケート回答内容を用いて明らかにしたい。

まず、執筆者がAさんから直接見聞きした内容で最も印象深かったのが、相手が自ら「（その取り組みを）辞める」と言うまですべてサポートし続けるという姿勢である。相手がその取り組みの中でうまくいかないことが続いたとしても、本人が辞めると決めるまでは徹底的に相手の持つ「できる力」を信じている。それはただ純粋に「信じている」というよりも、そもそもの「疑いがない」状態に近いと感じる。このことについて、Aさんは「すべては途中である」ともおっしゃっている。これは取り組みの中でうまくいかないことが続いたとしても、それらは取り組みの途中であるからそこでの試行錯誤のプロセスは当たり前という感覚であり、そのスタンスはうまくいかないことで気持ちがめげそうになっている相手にとって勇気づけにつながると言えよう。

次にアンケート回答を見てみると、Aさんを表すキーワードとして、「笑顔」「明るい」「優しい」という単語が目立つ。中でも「優しい」については、他の単語と異なり、Aさんの優しさを感じ取る受け手が存在していることに注目した。どのような点で回答者が優しさを感じているのかを見てみると、さりげないところでフォローをしてくれる、変化に気がついてくれる、という部分に優しさを感じているようであった。これは前述のように「疑いがない」状態で相手を観ていることともつながっていると感じる。加えてアンケート回答には、「応援」「見守り」「励まし」という言葉も散見された。こうしたことから、Aさんの優しさにはそもそもの相手に対して疑いがないというベースがあり、そ

の先に応援、見守り、励ましといったエネルギーが生じるのではないだろうかと考えられる。

以上のまとめとして、Aさんの在り方から学びとして実践できる部分として、「すべては途中である」というスタンスを自分の中に習得することが、取り組みを試行錯誤している中で大きな勇気づけにつながるのではないかと考えており、執筆者自身も今後習得を目指したい部分である。

2.1.3 研究／考察事例3

執筆者（杉浦）は、Aさんが周囲に与えている影響に注目した。その理由としては、執筆者がAさんに会うたびに、普段の執筆者をよく知る家族や職場の人々から「いつもより表情が明るく楽しそうに見える」とフィードバックを受けることが多く、Aさんから具体的にはどのような影響を受けているのか明らかにしたいと考えたためだ。

まずは、アンケートの回答から、「影響」に関する文言をピックアップした。アンケート回答者がAさんから受けている影響として、大きく分けると以下の5つに分類できる。

1. 安心する
2. 自然体でいられる
3. 行動を起こす勇気をくれる
4. Aさんのことを真似したくなる
5. 笑顔の伝染

上記1. 2. は3. の行動を起こすための土台になっている印象だ。4. 5. はAさんへの憧れやAさんとの楽しい時間から起こっているようにも見受けられる。さらにアンケートの回答から、上記のような影響もたらされているのは、Aさんがしてくれている下記のことが関係していると考えられる。下記（ ）内はAさんについてのキーワードとしてアンケート内で回答された内容のうち、関連するものをピックアップした。

- a. 場を和ませてくれる（笑顔、明るい、優しい、自然体、安心感、温かさ、可愛い）
- b. 見守ってくれる（応援、見守り、励まし）

- c. ときに叱ってくれる（芯がある、誠実、強さ）
- d. 人の関心を見える化してくれる（人の関心に興味を持つ）

上記 a. については A さんの表情や性格からの影響だと考えられる。また、b. ～ d. については、いずれも A さんが一人一人をよく観てくれていて、そのことを対象者も感じられているからこそその影響だと考えられる。そしてこれは、A さんから対象者への愛情がなければ出来ないことではないだろうか。A さんからの愛情を感じ、安心して自分らしさを発揮できるようになり、また、A さんへの憧れから笑顔や楽しい気持ちのもと行動していけるのではないかと考えられる。A さんがよく掛けてくれる言葉の一つに「大丈夫。できるよ」という言葉がある。可能性を信じてくれていることの表れである。この A さんの信じる力とその言葉からも行動を起こす勇気をもたらえるのではないだろうか。

人は誰しも関わる人から何らかの影響を受けている。A さんから執筆者本人と周りの人々が良い影響を受けているのは明らかだったが、今回の取り組みにより、具体的にはどのような影響を受けて、それはなぜなのかについて理解を深めることができた。A さんから受ける影響の根本にあるのは、A さんの一人一人への愛情と信じる力だと確信することができた。また、A さんの在り方から、人は、存在そのものを大切に想われ、可能性を信じて愛情を感じることで元気になれる、また、自分らしく一歩踏み出す勇気をもたらえるということもあらためて学ばせてもらった取り組みとなった。

2.1.4 まとめ

先にも述べたように、研究／考察事例 1、2、3 ではそれぞれ着目点が異なるがゆえに辿りついた結末も異なる結果となった。事例 1 では、執筆者（関戸）が A さんを『ライ麦畑でつかまえて』に登場する主人公の妹フィービーになぞらえ、その特徴を明らかにした。また、心理学者コフートの考えも援用しつつ、存在そのものが誰かの励ましになるという点を共通項として両者を見た際に、それぞれから相似形に考えることで A さん、そしてフィービーの特徴への理解が深まった。事例 2 では、執筆者（森田）は A さんの在り方から学びとして実践できる部分として、「すべては途中である」というスタンスを自分の中に習得し、それが取り組みを試行錯誤している中で大きな勇気づけにつながるのではないかと考えた。事例 3 では、執筆者（杉浦）は、アンケートの回答から「影響」に関する文言をピックアップし、5 つに分類した。さらにキー

ワードからの分析でAさんから受ける影響の根本にあるのはAさんの一人一人への愛情と信じる力だと確信した。

これらの3例をまとめたのが図1である。

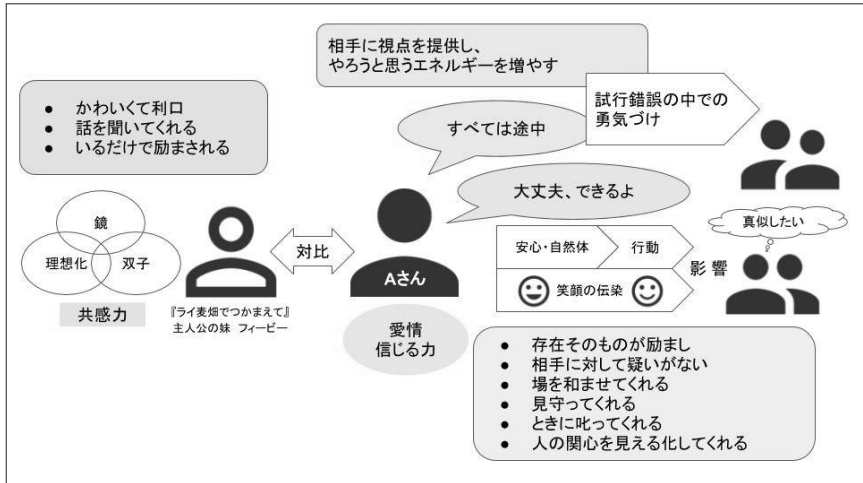


図1：Aさんを分析した3例のまとめ（森田作成）

こうして比較対象的に3つの例を俯瞰してみるとAさんが持つ特徴的なところは存在そのものが誰かの励ましとなり、「すべては途中である」というスタンスが誰かへの大きな勇気づけとなり、根本にあるのは一人一人への愛情と信じる力である、とわかる。そして、これら3例から見られる上記共通認識のようなものをイラスト化したものが図2である。



図2：Aさんに対する3例の分析の共通認識（杉浦作成）

これは先に述べてきた執筆者同士が各々の事例を検討した際に到達した内容をわかりやすくイラストにしたものだ。このように、上記3つの事例だけを取ってみても、Aさんの特徴は様々であり、またそれらを持ち寄ることで執筆者間同士でのAさんへの理解、あるいはこれらの結果をAさんに伝えることでAさん自身の自己に対する認識、そしてそれを聞いた周囲の人々が持つであろうAさんへの理解と認識、が深まっていくことになるのかもしれない。ちなみにAさんはこれらの結果を受け、「意図的に行っていることに対しては、自分の行動を意識することができても、無意識で行っていることを自分自身で認知することは非常に難しい。同様に、自分自身の無意識の行動と他者が受ける影響や行動の変化は、結びつきづらいついと言える。しかし、今回アンケートの分析から言語化された内容に加え、執筆者本人らが自身の体験を踏まえて、試行錯誤において大きな勇気づけになる、「自分らしく」一歩踏み出す勇気をもらえると報告してくれたことは、大きな喜びとなった。自分自身にとって、無意識の行動とその影響を認知する上で、大きな一歩になったのではないかと考えられる。執筆者の方々には心より御礼申し上げたい。」とコメントしている。

2.2 研究することとされることの効果、影響

さて、ここで注目したい点はこちらの研究とすることとされることの効果と影響である。一体、このような研究をすることで何がわかり、どのような視点が養われるのか。この問いに対し、前述の研究方法論を作った加藤めぐみ氏が答えてくれたのでそれをここに記す⁹。

<観察することによる自分への効果>

- ・人を観察することがより一層面白くなる。そして、それをそのまま伝えても喜んだり面白がってくれるというフィードバックがあるので、観察することが増えるし、言語表現の精度が上がってる気がする
- ・やりとりを通じて、観察することの解像度の抽象度の上げ下げ、観察したことの俯瞰によるモデル化や意味なども考える機会が増えたので、そういう能力強化にもなる
- ・毎日楽しい

<観察されたことによる効果>

- ・自分が見えていたものが他の人と同じというのは自分の中で自信になった
- ・自分が“めぐみ力”として言われたことがかなりくっきりと輪郭もっているので、それを使ってる時の認知力が高くなり、意識できるようになった
- ・ある意味堂々とめぐみ力を使えるようになったし、これが誰かの助けになってるんだと思えるのはすごく嬉しい
- ・“めぐみ力”の人として他の人に紹介されやすくなった。ペタッとラベルを貼ってもらった感覚

これらの点からわかることは、おそらくまず単純に「自分に自信がつく」「自己肯定感が上がる」といったことなのではないだろうか。上記コメント内に自分に対するネガティブな表現が皆目見当たらないことがそれを物語っている。また、「誰かの助けになっている」ことを意識できることは自分の力を信じる事が出来ていることでもある。実際、これは執筆者（関戸）の個人的見解だが、加藤氏はこの研究後に様々な場面においてのびのびと他者の目を気にせず、発言、行動されているように感じられる。そういう意味では、○○力研究され

9 本稿用に若干の文言は修正を施した。また、言うまでもなく加藤めぐみ氏はどちらの立場も経験した上でこれらのコメントを記している。

ることは、「自分は自分のままでいい」と自他共に認めてあげることのようにも思われる。

3 大学の教室で活かすために

これまで述べてきたように、こうした研究、アプローチにより個々の人物のよい点、強みなどが自覚的に意識されていくことはポジティブな感覚を人の心に生み出すことは理解できただろう。では、これをどのようにして大学という教育現場に下していけばよいのだろうか。ここでは教室での実践につなげるための注意点を考察する。

3.1 実施するにあたって懸念される点

この研究、アプローチのよい点は、前述のように研究する側は観察眼が養われ、よりその対象への興味、関心が喚起され、研究そのものが楽しくなっていく。言い換えると、学びの意味を見出し、自ら進んで学びを起こせるような学習者へとになっていける可能性を多分に孕む。研究される側としては、研究されることで自分でも気がつかなかったよい点を他者に指摘してもらうことで、その点に対し自覚的に、かつ肯定的に、なれることだろう。これを教室で行い、その影響、効果がうまく発揮されていくのならば、学生たちは自分の学び、学び方そのものに自覚的になっていけると同時に、他者が持つ力やよい点を認めて、かつ分析的な視点を持てるようになる。あるいは、自分の力を他者に認めてもらうことで自分に自信を持てるようになる。よって、これらの活動は学年問わず、人間としての学びと成長を促すきっかけになりうると考えられる。

では、懸念される点とは何か。ここではこの研究、アプローチそのものへの懐疑的な部分を挙げるのではなく、教室という場におけるやり方、導入の仕方としての注意点を記したい。まず、クラス全員でこの研究に取り組む場合、全員がそれぞれに対していい所を見つけられればよいのだが、またそれがあある意味必要ではあるのだが、例えば誰かしか、その対象にならなかった場合、あるいは誰かに対し研究する側が「(いい所、すごいと思う所を) 見つけれませんでした」となってしまうと、その学生への人格や人間そのものを否定してしまう(ように感じられてしまう)という事態が起りかねない。ディレクションとして「ペアで」とすれば見た目的には全員お互いに、となるが、やはりそれでもペアの組み合わせや個々人の相性など、場合によってはうまくいかない場合への懸念が残る。こうした懸念を回避するために、この研究をやる前まで

にある程度の人間関係性を教室／クラス内で構築しておく必要がある。想像に難くはないが、例えば学期の始め頃、お互いをよく知らない状態、ではとてもでないがこうした研究をクラスのプロジェクトとして成立させるのは困難である。上記のように、クラスの誰か（だけ）が研究対象からあぶれてしまわないようにするには、その対象をクラスの誰かでもいいし、クラス外の誰か（場合によっては家族や先輩など）でもよいとして、「自分がすごいと思う人を観察し、研究する」とすればそれは避けられるかもしれない。しかし、対象はやはりクラスの誰かであったほうがよい、とするのであれば、前述のように研究する／されるもの同士の間関係性の構築が出来た後、学期の始めではなくむしろ終わりの方、あるいは活動や時間を共にすることの多いゼミないし研究室で、などのように導入時期や対象に関しても一番効果的な場面はいつ、どのような場合なのか、を十分に検討した後に取り組む必要がある。

3.2 実際の活動

3.1のような点を踏まえ、執筆者（関戸）は担当するひとつの授業（科目は「基礎ゼミナール」）にてこの研究とアプローチを実践しようと試みた¹⁰。この授業においては、指定テキスト『幸せになる勇気』を用いて、学ぶとは何か、生きるとは、そして幸せとは何か、的な問いを発し、それぞれの心と、そしてゼミのメンバーと対話し、個々の未来を考えるとという授業を行っている。受講者は19名、これを基本、3人1チームの6チーム制（計算上は1人あぶれてしまうのでチームは完全固定制ではなく、授業毎に流動的に組むようにしている）に分け、グループディスカッションなどを行いながら進行している。11月中旬の時点で約半分授業が終わり、チームも上記のようにいろいろとメンバーを入れ替えるように仕掛けてきたので、凡そお互い誰でどんな人物かが分かり始めてきた。また、お互いを知り、かつ良い点を認めることでクラス運営も円滑になるだろうとの思いから、その布石として「ほめ言葉のシャワー」¹¹の活動を授業終了時に取り入れ、その日のゼミの時間で見つけられたメンバーのお互いの良いところを伝え合うということはずすでに行っている。よって、これから後半の授業へと臨むにあたり、ゼミ生同士の相互理解をさらに深める

10 当該科目は獨協大学ではなく他の関東圏私立大学での2020年度後期開講科目である。

11 前段として、以下の動画を見てもらった。いの町PR映像vol.9『ほめ言葉のシャワーのまち、いの町』 <https://www.youtube.com/watch?v=T-hCmTTOEn4>

意味も込め、〇〇力研究を導入することで自他への観察眼を養う場面を増やし、研究するとはどういうことかに具体的に触れ、かつその成果を発表してもらおうと考えた。

授業計画としては全四回（授業時間全てを費やすのではなく上記『幸せになる勇気』に関するディスカッションなどの時間も確保しつつなので授業後半の約30～40分）で、初回はイントロダクション的に〇〇力研究とは何か、またその効果、そしてやり方を説明した後、対象を誰にする／したいかをゼミ内でゼミ生たちに問うてみることにした。ちょうど『幸せになる勇気』で信用と信頼の違い、他者を尊敬するとはどういうことか、などを話題として網羅していたので、「(身近にいる)尊敬できる人、すごいと思う人は誰か?」と問い、(こちらで誰などと指定せずに)自分たちそれぞれで各自の対象を決めようと促した。ざっくばらんにグループで話してもらった後、次回(第二回)までには必ず具体的に決めておくこと、としてこの日は終わりにした。

第二回目、前回からの流れでまずは誰にしたのかをそれぞれ話してもらった。その後、研究の手順としてラベリングを紹介し、その場で行ってもらった。ラベリングとは、対象人物の特徴をまずはポストイットにブレインストーム的に書き出し、ある程度出た段階で分類化する、というものである。こうすることで、すごいと思ったところ、尊敬出来る点などがいくつかのカテゴリーとなり、さらにそれに名称をつけることでどういう点なのか、つまりはどんな技なのか、が明確になってくるといふねらいがある。作業時間を約10分ほど取った後、どういう点を取り上げ、自分なりにどういう分類をしたのかをグループ内で共有してもらった。それを分析のベースとしつつ、次回へのディレクションとしては、同じ作業を自分が対象としている人の知人、友人、あるいは家族、などにインタビューをし、そこで得られた文言に関しては先に行ったのと同様にラベリングし、より広く、あるいは細かく、対象人物を観察してまとめておくことを次回の授業までの課題とした。

第三回目、グループにて上述の課題を各々簡単に発表して進捗状況を確認した後、より細かな分類化や関連づけていく方法の手順を説明した。そうやって様々な角度から見ることで先鋭化されてくる対象者の力、すごいところを絞り、それを〇〇力として呼び、明確化する。かつ、それはどうやったら自分でも再現出来るのかという再現性という概念の説明もすると同時に、再現するためのステップを見極めていくことを視点として促した。また、再度ポストイットを配布して、追記したい事項や再整理の作業もその場で行ってもらった。そし

て、次回に各自の研究を発表してもらおう場を設ける（具体的手段としてはグループ内発表をする）ことを伝え、そのための準備としてこれまで作ったラベリングの最終整理、ならびに可能であれば言語化として約1000字にまとめてみる（内容的には3項目、○○力の概説、○○力を再現するためのステップ、実際に取り組んでみてのコメント、を各々300字前後で書く）、ないしそれに準ずる発表への準備、を次回への課題とした。

第四回目、いよいよ一連の流れとしての最終回、発表である。クラス全員に向けて発表、とするとそれはそれでプレゼンテーションとしての訓練にはなるが、緊張したりすることも想定され、またそうした全員の前で発表、が目的ではないので、少人数グループ（3人1チーム）内にて発表してもらうことにした。発表時間は約2分半（質疑があればそれも含む）で各自発表し、その後メンバーを替えてもう一度やってもらった。概ね、楽しそうに発表している様子が見てとれ、授業後には「○○力研究も様々な人の話を聞いて身の回りには凄い人がたくさんいるのだと実感し、有意義な時間だった。」「人それぞれ違う人の見方があるのでそういったところも聞いていて面白いなと感じた。」といったコメントもあった。

3.3 アンケート実施とその結果、分析

では学生たちはこの○○力研究を通じてどのような反応を示したのか、第四回目の授業後に無記名のアンケート（Appendix）を行ったのでその結果をここに報告、そして分析する。対象者数は18名、回答数も18だった。5項目のうち、3項目（1. ○○力研究はあなたにとってよい学びの機会になったと思いますか？、2. ○○力研究は研究相手を理解するよい学びの機会になったと思いますか？、5. 振り返りやレポートを書くことで○○力研究への学びは深まったと思いますか？）は18名中18名全員が「大変そう思う」「そう思う」と回答したので、この研究そのものはよい学びの機会となり、研究相手を理解し、そして振り返りやレポートを書くことで学びが整理され、深まったという意識を持っていたことがわかる。次に、3. ○○力研究は自分自身を理解するよい学びの機会になったと思いますか？、に関しては16名が「大変そう思う」「そう思う」、1名が「どちらとも言えない」、もう1名が「そう思わない」と回答した。「どちらとも言えない」の理由としては「過去の自分としか照らし合わせていない」とのことで、換言すると何とも言えないといったところだろう。「そう思わない」は「自分自身を深くほりさげて研究したという実感はな

い」とのことだった。しかし大半は「自分を客観的に理解できた」「自分の特徴を再度認識することができた」のようなコメントで、この研究が自分のことを考える契機になったと言えるだろう。

そして、一番意見が分散したのが4. ○○力研究を通して自己肯定感（自らの価値を肯定できる感情）はあがったと思いますか？、で、「大変そう思う」1名、「そう思う」6名、「どちらとも言えない」7名、「そう思わない」3名、「全く思わない」1名、となった。この分布をグラフにしたのが以下に示す図3である。

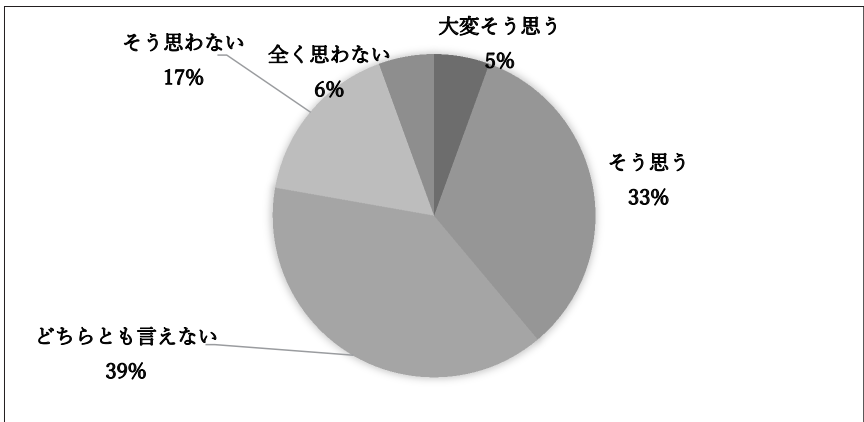


図3：○○力研究を通して自己肯定感があがったと思いますか？（関戸作成）

「どちらとも言えない」「そう思わない」というややネガティブな反応の原因としては「相手に出来て、自分には出来ないものばかりが目立って」「少し劣等感をいだいてしまった」などのように、相手と比べることで自分の非力さを嘆くといった傾向が見て取れた。逆に「全くそう思わない」は「特に影響はなかった」とのことで、否定的というよりは関係なかったという感じ方だったようだ。「大変そう思う」「そう思う」では、「相手を知ろうと研究出来た事に肯定感が上がったと感じた」「よりよい自分へ成長しようと思えた」など、研究したこと、またそれを通しての学びを肯定的に捉えていることがわかった。これらのコメントから察するに、研究相手と自分とを対比的に見て、相手の力を得ようとする前にそれに圧倒されて怯んでしまうとネガティブな反応となり、逆に得てみたいと挑むような姿勢でいるとポジティブな反応となるのだろう。こ

のネガティブな反応への懸念は『学びを最大化させるTTPSマネジメント』の中でも「ポイントは、優劣をつけないこと」(131)と指摘されている。さて、そうした反応に対してどう対応したかであるが、授業で扱ってきた『幸せになる勇気』に「わたし」の価値を、自らが決定すること。これを「自立」と呼びます。」(152)、あるいは「人と違うこと」に価値を置くのではなく、「わたしであること」に価値を置く(153)という内容があったので、翌週の授業でこの箇所について言及し、比較することで劣等感を抱く／抱かせることが本意ではなく、自分が今ある自分に〇〇力がプラスされるんだというイメージを持ったらどうだろうか、と投げかけた。

3.4 さらなる活動の可能性

なお、この研究、アプローチは英語科目にも一部転用が出来ると思うのでその方法を一部付記しておきたい。以前、執筆者(関戸)は英語の授業で「ほめ言葉のシャワー」を行ってみるという実践をまとめたことがあったが¹²、土台としてはそこは同じである。なぜなら、相手のよいところを見つけ、英語でアウトプットするという点では通底しているからだ。この研究を英語で行った場合は、それをさらにもう一歩進め、文章、つまりはライティング、の形式でまとめることも可能だろう。これも似た活動に、執筆者(関戸)が用いている活動でPeople Magazineというものがある¹³。これはペアになり、その相手にインタビューをして相手の興味、関心のあることを聞き出して雑誌の記事風に紹介してあげようというものなのだが、この研究はそれをさらに個人への観察を深めることになるので、ややアカデミックに、リサーチペーパーのような形でのまとめ方も出来るかもしれない。つまり、英語そのものを学ぶ授業ではなく、英語で何かを学ぶ、あるいは英語で何かを発信するという授業のコンテンツとしては、対象を観察して、分析し、まとめるというプロセスがあることを考慮にいと、他のトピックと比較したとしても、そんなに遜色ないのではなからうか。この取り組みも、いずれ適切な英語科目にて実践してみたい。

12 関戸(2018)、「英語教育実践報告：英語の教室で自己肯定感を高めるための一活動—“ほめ言葉のシャワー” in English—」を参照。これは元・小学校教諭、菊池省三が行っている「ほめ言葉のシャワー」を大学の英語の授業で実践した報告である。

13 これは*Writing from Within: Intro* (Cambridge University Press) という英語ライティングテキストにある活動を参考にした。

おわりに

本稿は、〇〇力研究とは何かを紹介し、その研究方法含め、アプローチ的な部分を明らかにした。その後、Aさんを事例として取りあげ、執筆者ら3名による三者三様の研究結果を報告した。加えて、研究する側、される側の影響や効果についても触れ、そして最後に大学の教室において行う際の注意点、該当する授業などについても見解を述べ、実際の授業実践を報告した。上述してきたように、〇〇力研究は人物をよく観察し、そこに肯定的なフィードバックをかけることで自己へのよいイメージを構築し、それがひいては自他共にしあわせな自分自身へとつなげていける活動である。これらをうまく活用し、教育的効果に着目、そして実践することで、未来を担う学生たちがより研究そのものに興味を持ち、かつ様々な場面で活躍していけるような土台を作っていけるのであれば、それが何よりの大学（関係者）からの教育的効果のひとつとなりうるだろう。

参考文献

- アンジェラ・ダックワース、『やり抜く力』、神崎朗子訳、ダイヤモンド社、2016年。
アンダース・エリクソン、ロバート・プール、『超一流になるのは才能か努力か？』、土方奈美訳、2016年。
岸見一郎、古賀史健、『幸せになる勇氣』、ダイヤモンド社、2016年。
キャロル・S・ドゥエック、『「やればできる！」の研究 能力を開花させるマインドセットの力』、今西康子訳、2008年。
斎藤孝、『「できる人」はどこがちがうのか』、ちくま新書、2001年。
斎藤孝、『学びのきほん 人生を面白くする 学びのわざ』、NHK出版、2020年。
J. D. サリンジャー、『ライ麦畑でつかまえて』、野崎孝訳、白水社、1984年。
関戸冬彦、「英語教育実践報告：英語の教室で自己肯定感を高めるための一活動―“ほめ言葉のシャワー” in English―」、『マテシス・ウニヴェルサリス』第20巻第1号、2018年。
中尾隆一郎、鈴木利和、脇岡優美子、『学びを最大化するTPPS（徹底的にパクって進化させる）マネジメント』、ディスカヴァー・トゥエンティワン、2020年。

Appendix

〇〇力研究 アンケート

無記名でアンケートにご協力お願いいたします。当てはまるものに○をつけてください。枠内には答えの理由を記入してください。成績等には一切関係しません。また、この結果は教育関連の論文に掲載されることがありますので、ご了承ください。

1. 〇〇力研究はあなたによってよい学びの機会になったと思いますか？

1 大変そう思う 2 そう思う 3 どちらとも言えない 4 そう思わない 5 全く思わない

2. 〇〇力研究は研究相手を理解するよい機会になったと思いますか？

1 大変そう思う 2 そう思う 3 どちらとも言えない 4 そう思わない 5 全く思わない

3. 〇〇力研究は自分自身を理解するよい機会になったと思いますか？

1 大変そう思う 2 そう思う 3 どちらとも言えない 4 そう思わない 5 全く思わない

4. 〇〇力研究を通して自己肯定感(自らの価値を肯定できる感情)はあがったと思いますか？

1 大変そう思う 2 そう思う 3 どちらとも言えない 4 そう思わない 5 全く思わない

5. 振り返りやレポートを書くことで〇〇力研究への学びは深まったと思いますか？

1 大変そう思う 2 そう思う 3 どちらとも言えない 4 そう思わない 5 全く思わない

6. その他、コメントがあれば自由記入をお願いします(印象に残ったこととか)。