

■ 研究ノート

5つのライフスキル自己検討表（改訂版）の検討

グラバア 俊子

(南山大学人文学部心理人間学科)

山口 真人

(南山大学人文学部心理人間学科)

I. 5つのライフスキルについて

1. 5つの領域の背景

5つのライフスキルという枠組は、米国の価値の明確化教育から取り入れたものである。1960～70年代に米国の教育界では、価値観の教育に関心が寄せられていた。1950年代の黒人解放運動に始まり、60年代の学生運動、70年代のフェミニズムというように、米国の社会全体が大きな価値観の転換を迫られていたことが、その背景にあったと思われる。当時、価値観の教育に関しては、二つの流れがあった。一つはハーバード大学のL.コールバークを中心とするモラル発達教育であり、もう一つはL.ラスにはじまり、ヒューマニスティック教育のS.サイモン、H.キルシェンバウム達によって展開された価値の明確化の教育である。両者は当時、方向性の違う流れとして、交流と議論がなされていた。モラル発達教育は普遍的なモラル発達の6段階を提示し、コミュニティー活動での実践、モラル・ジレンマの考察などを通して発達段階を上げていくという特徴がある。

一方価値の明確化の教育は、モラル化（Moralizing）に対しては否定的な立場をとり、個人の中に既にある信念や行動が、価値としてその人の生き方に実際どのような影響を与えているかを、明らかにしていくプロセスを重視するやり方である。

L.ラスは価値として認められるための7つの基準を提示している。¹ キルシェンバウムは1964年頃から価値の明確化の教育を実践し、教師たちの指導も行った。またそれは、公民権運動のような政治的、社会的視点に対する教育的応用と捉えられていた。キルシェンバウムは、1968年にテンプル大学のグループダイナミクスのコースや、NTLの人間関係ワークショップに参加したが、それは

彼にとって大変パワフルな教育的体験であった。その体験を通して、価値の明確化のためにはラスの提唱する選択すること (Choosing)、重んずること (Prizing)、行動すること (Acting) に加えて、より効果的なコミュニケーションと、自他の感情に関わる能力 (the ability to deal with one's feeling) が大切だということを認識した。また時を同じくして、サイモンも言語と非言語のコミュニケーションの持つ力を価値の明確化教育の中で体験していた。そこで彼らは1968年と69年の夏のワークショップでは、コミュニケーションと気づきの実習 (Feeling StrategiesまたはEmotional-Awareness Exercises) を導入した。²

そしてキルシェンバウムは、ラスの価値の明確化の3つの領域を、次の5つの過程 (process) として提示した。

- 1、Feeling
- 2、Thinking
- 3、Communication
- 4、Choosing
- 5、Acting

更にこの5つの過程は、どのような社会の中でも満足して十分に生きるために、学ばれ、練習して上達することのできるライフスキルだ、と述べている。³

2. 「5つのライフスキル自己検討表」⁴ について

「5つのライフスキル自己検討表」は、通常のチェックリストというより、実習または一連の教育プログラムの一環として用いることをイメージして作成したものである。次の二つをねらいとし、学習目的によって、一つまたは両者を用いることができることとした。

その1 ライフスキルという観点から自分の現状を把握し、自己成長のための課題を自分で設定する。

その2 人間関係の学習領域を理解する。

ヒューマニスティック教育という共通の基盤に立っているということもあり、体験を通して学び成長していくという、体験学習理論にとっても有効なライフスキルであり、枠組と考えられたからである。制作過程としては、山口とグラバアで体験学習の循環過程で起こる、または重要と考えられている項目を、各領域で挙げていった。そうした作業の中で価値の明確化との共通項目もあったが、ThinkingとActingの領域は独自の項目を作成した。今回の改定版は特に第二のねらいを強化するために、各項を見直し、また5つの領域 (Thinking, Communication, Feeling, Choosing, Acting) の項目数を7項目にそろえた。実際の「5つのライフスキル自己検討表」は資料1に示した。

使い方

1、記入の仕方の留意点

(1)『わからない』という項目は、質問の意味や使われている用語が分からな

い場合にチェックしてください。」というチェック項目があるので確認する必要がある。

(2)右側の欄はねらいによって、様々な用いることができる。

- ・各領域ごとに自分の傾向や特徴、気づいたことなどをまとめる。
- ・どの領域が自分にとって課題か、達成度が高いか、これから取り組みたいところかなど、印をつけるなどして明確にする。
- ・各領域から取り組みたい項目を選び、達成するための行動プランを立てる。(すぐ実行できる、具体的な一歩を探す。)
- ・その他

(3)進め方

- ・一人で、個人的に用いることができる。
- ・二人か三人で分かち合いをすることができる。その時はなるべく、自分の体験を示しながら、分かち合いを進めると自分の特徴や傾向を把握しやすくなる。
- ・記入を時間を置いて二回行くと、自分の変化や成長に気づいたり、学びの確認の手がかりとなる。

(グラバア俊子)

Ⅱ. 「5つのライフスキル自己検討表」尺度の検討

目的

経験的に自己理解に有効であると認められている「5つのライフスキル自己検討表」の尺度構成の内的整合性および項目の適否を検討する。

方法

調査対象者

調査対象者は大学でコミュニケーション関連の授業を受講している大学生103名および大学主催の社会人講座受講生23名の計126名。男性25名、女性83名。

手続き

「5つのライフスキル自己検討表」はThinking、Communicating、Feeling、Choosing、Actingの5領域各7問、計35問の質問項目からなるチェックリストである。いずれの項目もリッカートタイプの選択肢を持ち、各設問に対して回答者が自覚的に該当すると思う程度を「めったにない」「あまりない」「まああるほうだ」「しばしばある」「いつもある」の5件法で回答を求めるものである。また設問の用語や意味がよくわからない場合には「わからない」に回答することが求められている。

本研究では、2008年12月から2009年1月にかけて筆者らが担当している複数の授業および社会人講座で「5つのライフスキル自己検討表」を配布して

回答依頼を行い、任意に提出のあった126名分の回答を分析に使用した。

結果

1. 質問項目の統計的検討

各質問項目の5件法の「めったにない」から「いつもある」に1点から5点を配点し、平均値、標準偏差、天井効果（平均値+1標準偏差）、フロア効果（平均値-1標準偏差）および欠損値数の各得点を算出し、表1に示した。なお「わからない」への回答は0点とし、欠損値として扱った。表中の質問項目の見出しは、実際に用いられた質問項目を短縮して簡潔に表記した。実際の質問項目は資料1参照。

自己検討表に用いられているいずれの質問項目にも天井効果およびフロア効果は認められなかった。

欠損値数が「T7自己概念を体験的に検討する」（設問は「自己概念を体験

表1. 質問項目の統計的検討

| 質問項目 | 平均値 | 標準偏差 | 天井効果 | フロア効果 | 欠損値数 |
|----------------------|------|-------|-------|-------|------|
| T1 自分の傾向に気づいている | 3.49 | 0.863 | 4.353 | 2.627 | 2 |
| T2 状況と関連付けて考える | 3.66 | 0.922 | 4.582 | 2.738 | 0 |
| T3 出来事との関連性をとらえる | 3.48 | 0.990 | 4.470 | 2.490 | 3 |
| T4 事実と推論を区別する | 2.93 | 1.018 | 3.948 | 1.912 | 13 |
| T5 自分なりの視点がある | 3.94 | 0.888 | 4.828 | 3.052 | 2 |
| T6 体験から仮説する | 3.62 | 1.056 | 4.676 | 2.564 | 1 |
| T7 自己概念を体験的に検討する | 3.31 | 0.913 | 4.223 | 2.397 | 21 |
| C8 表現が分かりやすい | 2.94 | 1.126 | 4.066 | 1.814 | 3 |
| C9 相手が伝えたいことを聴く | 3.75 | 0.918 | 4.668 | 2.832 | 0 |
| C10 疑問点は質問する | 3.67 | 0.970 | 4.640 | 2.700 | 0 |
| C11 相手の意見気持ちを引き出す | 3.69 | 1.008 | 4.698 | 2.682 | 0 |
| C12 フィードバックを授受する | 3.22 | 0.934 | 4.154 | 2.286 | 3 |
| C13 非言語コミュニケーションに気づく | 3.60 | 0.953 | 4.553 | 2.647 | 2 |
| C14 話し合いに積極的に参加する | 3.38 | 1.057 | 4.437 | 2.323 | 1 |
| F15 感情に気づいている | 3.75 | 0.855 | 4.605 | 2.895 | 1 |
| F16 五感を活用する | 3.45 | 0.931 | 4.381 | 2.519 | 2 |
| F17 自分に肯定的 | 3.13 | 1.124 | 4.254 | 2.006 | 2 |
| F18 肯定的感情を表現する | 3.49 | 1.000 | 4.490 | 2.490 | 1 |
| F19 否定的感情を表現する | 2.61 | 0.962 | 3.572 | 1.648 | 1 |
| F20 気持ちと言動が一致している | 2.78 | 0.934 | 3.714 | 1.846 | 3 |
| F21 気持ちを分かろうとする | 3.85 | 0.820 | 4.670 | 3.030 | 1 |
| Ch22 自分のしたいこと知っている | 3.30 | 0.948 | 4.248 | 2.352 | 1 |
| Ch23 選択肢を持って選択する | 3.23 | 1.067 | 4.297 | 2.163 | 1 |
| Ch24 選択のために情報を集める | 3.45 | 1.048 | 4.498 | 2.402 | 0 |
| Ch25 結果や影響を考慮して選ぶ | 3.84 | 1.031 | 4.871 | 2.809 | 0 |
| Ch26 自律的に選択する | 2.87 | 1.103 | 3.973 | 1.767 | 0 |
| Ch27 自分の価値観に気づいている | 3.62 | 0.952 | 4.572 | 2.668 | 1 |
| Ch28 結果や状況の変化に対応できる | 3.59 | 1.005 | 4.595 | 2.585 | 1 |
| A29 自分の行動に気づいている | 3.53 | 0.814 | 4.344 | 2.716 | 2 |
| A30 恐れずまずやってみる | 3.02 | 1.058 | 4.078 | 1.962 | 0 |
| A31 行動が型にはまっていない | 2.92 | 1.009 | 3.929 | 1.911 | 2 |
| A32 新しい行動を試みる | 3.08 | 1.107 | 4.187 | 1.973 | 0 |
| A33 自分の可能性を枠にはめない | 2.86 | 1.108 | 3.968 | 1.752 | 1 |
| A34 行動をふりかえり改善する | 3.42 | 0.945 | 4.365 | 2.475 | 4 |
| A35 曖昧さや葛藤の中に留まれる | 2.91 | 0.996 | 3.906 | 1.914 | 7 |

の広がりの中で再検討する」)で21個、「T4事実と推論を区別する」(設問は「言葉を推測や断定(きめつけ)と事実の報告に分けて用いることができる。」)で13個と回答数の10%を超えており、これらの項目の意味するところがわかりにくいことが想像されるので、用語や表現の再検討が必要かもしれない。

2. 内的整合性の検討

次にこの調査票を構成しているライフスキルの5つの領域(Thinking、Communicating、Feeling、Choosing、Acting)別にCronbachの α 係数を求め、表2に示した。各領域はいずれも7項目の5点尺度から構成されている。Actingの α 係数が最も高く.799、Feelingが最も低く.671であった。

表2. Cronbachの α 係数

| 要素 | Cronbach の α | 項目の数 | 有効数 |
|-----------------------|---------------------|------|-----|
| Thinking (T1~T7) | .715 | 7 | 91 |
| Communicating (C1~C7) | .713 | 7 | 119 |
| Feeling (F1~F7) | .671 | 7 | 116 |
| Choosing (Ch1~Ch7) | .756 | 7 | 123 |
| Acting (A1~A7) | .799 | 7 | 113 |

表2を見ると、特にFeelingを構成している7項目の内的整合性が低く、質問項目の再検討が必要と考えられる。さらに各領域別に項目の削除による α 係数の改善の可能性を検討して表3から表7に示した。

表3 Thinking領域の検討表

| 質問項目 | 検討項目 | 項目が削除された場合の尺度の平均値 | 項目が削除された場合の尺度の分散 | 修正済み項目合計相関 | 項目が削除された場合のCronbachの α |
|------|---------------|-------------------|------------------|------------|-------------------------------|
| T1 | 自分の傾向に気づいている | 21.25 | 13.235 | .393 | .690 |
| T2 | 状況と関連付けて考える | 21.15 | 12.621 | .473 | .671 |
| T3 | 出来事の関連性をとらえる | 21.26 | 11.930 | .512 | .659 |
| T4 | 事実と推論を区別する | 21.86 | 13.035 | .336 | .706 |
| T5 | 自分なりの視点がある | 20.82 | 14.502 | .212 | .727 |
| T6 | 体験から仮説する | 21.15 | 11.421 | .582 | .639 |
| T7 | 自己概念を体験的に検討する | 21.57 | 12.314 | .466 | .672 |

表4 Communicating領域の検討表

| 質問項目 | 検討項目 | 項目が削除された場合の尺度の平均値 | 項目が削除された場合の尺度の分散 | 修正済み項目合計相関 | 項目が削除された場合のCronbachの α |
|------|------------------|-------------------|------------------|------------|-------------------------------|
| C8 | 表現が分かりやすい | 21.46 | 14.759 | .224 | .736 |
| C9 | 相手が伝えたいことを聴く | 20.63 | 13.845 | .505 | .662 |
| C10 | 疑問点は質問する | 20.73 | 13.724 | .463 | .670 |
| C11 | 相手の意見気持ちを引き出す | 20.68 | 13.050 | .550 | .647 |
| C12 | フィードバックを授受する | 21.18 | 13.457 | .529 | .654 |
| C13 | 非言語コミュニケーションに気づく | 20.79 | 14.201 | .414 | .682 |
| C14 | 話し合いに積極的に参加する | 20.99 | 14.280 | .335 | .703 |

表5 Feeling領域の検討表

| 質問項目 | 検討項目 | 項目が削除された場合の尺度の平均値 | 項目が削除された場合の尺度の分散 | 修正済み項目合計相関 | 項目が削除された場合のCronbachの α |
|------|---------------|-------------------|------------------|------------|-------------------------------|
| F15 | 感情に気づいている | 19.48 | 11.365 | .434 | .623 |
| F16 | 五感を活用する | 19.80 | 11.586 | .322 | .652 |
| F17 | 自分に肯定的 | 20.08 | 10.420 | .414 | .627 |
| F18 | 肯定的感情を表現する | 19.75 | 10.589 | .458 | .613 |
| F19 | 否定的感情を表現する | 20.66 | 11.410 | .327 | .652 |
| F20 | 気持ちと言動が一致している | 20.45 | 11.745 | .285 | .663 |
| F21 | 気持ちを分かろうとする | 19.44 | 11.431 | .444 | .622 |

表6 Choosing領域の検討表

| 質問項目 | 検討項目 | 項目が削除された場合の尺度の平均値 | 項目が削除された場合の尺度の分散 | 修正済み項目合計相関 | 項目が削除された場合のCronbachの α |
|------|----------------|-------------------|------------------|------------|-------------------------------|
| Ch22 | 自分のしたいこと知っている | 20.62 | 16.369 | .495 | .723 |
| Ch23 | 複数の選択肢を持って選択する | 20.70 | 14.769 | .628 | .691 |
| Ch24 | 選択のために情報を集める | 20.48 | 15.694 | .517 | .717 |
| Ch25 | 結果や影響を考慮して選ぶ | 20.09 | 17.525 | .285 | .766 |
| Ch26 | 自律的に選択する | 21.05 | 15.768 | .464 | .729 |
| Ch27 | 自分の価値観に気づいている | 20.33 | 16.943 | .412 | .739 |
| Ch28 | 結果や状況の変化に対応できる | 20.35 | 15.819 | .525 | .716 |

表7 Acting領域の検討表

| 質問項目 | 検討項目 | 項目が削除された場合の尺度の平均値 | 項目が削除された場合の尺度の分散 | 修正済み項目合計相関 | 項目が削除された場合のCronbachの α |
|------|---------------|-------------------|------------------|------------|-------------------------------|
| A29 | 自分の行動に気づいている | 18.50 | 18.984 | .422 | .791 |
| A30 | 恐れずまずやってみる | 18.97 | 15.740 | .691 | .741 |
| A31 | 行動が型にはまっていない | 19.04 | 16.471 | .632 | .753 |
| A32 | 新しい行動を試みる | 18.88 | 15.549 | .695 | .739 |
| A33 | 自分の可能性を枠にはめない | 19.14 | 15.301 | .700 | .737 |
| A34 | 行動をふりかえり改善する | 18.57 | 19.551 | .269 | .816 |
| A35 | 曖昧さや葛藤の中に留まれる | 19.10 | 19.035 | .308 | .811 |

表3から表7までに示されたCronbachの α 係数を手がかりに、個々の質問の有効性を検討すると、その質問項目を削除すると領域内の内的整合性が高まるのは表8に示した5項目であった。これらの5項目は、それぞれの属する領域が測定しているものの全体に対しての貢献度が低いと判断される。質問の表現を変えるか、項目を削除することによってその領域の測定の内的整合性を高めることが出来る。しかし、理論的に質問項目で測定しようとしているものがこの領域を構成する構成要素であると判断されるなら、表現をより適切に修正して残しても良いと考えられる。

表 8. 内的整合性を低めている質問項目

| | 項目が削除された場合の尺度の平均値 | 項目が削除された場合の尺度の分散 | 修正済み項目合計相関 | 項目が削除された場合のCronbachの α |
|-------------------|-------------------|------------------|------------|-------------------------------|
| T5 自分なりの視点がある | 20.82 | 14.502 | .212 | .727 |
| C8 表現が分かりやすい | 21.46 | 14.759 | .224 | .736 |
| Ch25 結果や影響を考慮して選ぶ | 20.09 | 17.525 | .285 | .766 |
| A34 行動をふりかえり改善する | 18.57 | 19.551 | .269 | .816 |
| A35 曖昧さや葛藤の中に留まれる | 19.10 | 19.035 | .308 | .811 |

3. 因子分析による検討

35項目を用いて探索的因子分析を試みた。欠損値は項目平均値で代用した。主因子法を用いて固有値 1 以上の因子は表 9 のように10個抽出され、全体の分散の66.7%が説明可能であるとされた。表 9 および図 1 のスクリープロットを見ると 5 因子解も示唆され、尺度の構成原理からも適切と判断して 5 因子解にプロマックス法による斜交回転を行った。9 回の反復で収束した。

表 9. 説明された分散の合計

| 因子 | 初期の固有値 | | | 抽出後の負荷量平方和 | | |
|----|--------|--------|--------|------------|--------|--------|
| | 合計 | 分散の % | 累積 % | 合計 | 分散の % | 累積 % |
| 1 | 8.875 | 25.358 | 25.358 | 8.462 | 24.177 | 24.177 |
| 2 | 2.992 | 8.547 | 33.905 | 2.548 | 7.280 | 31.457 |
| 3 | 2.010 | 5.744 | 39.649 | 1.574 | 4.498 | 35.954 |
| 4 | 1.820 | 5.200 | 44.849 | 1.393 | 3.979 | 39.933 |
| 5 | 1.702 | 4.863 | 49.713 | 1.209 | 3.453 | 43.386 |
| 6 | 1.476 | 4.216 | 53.929 | 1.034 | 2.953 | 46.339 |
| 7 | 1.232 | 3.521 | 57.450 | .733 | 2.093 | 48.432 |
| 8 | 1.165 | 3.328 | 60.778 | .689 | 1.968 | 50.401 |
| 9 | 1.049 | 2.997 | 63.775 | .594 | 1.696 | 52.097 |
| 10 | 1.007 | 2.877 | 66.652 | .559 | 1.596 | 53.693 |

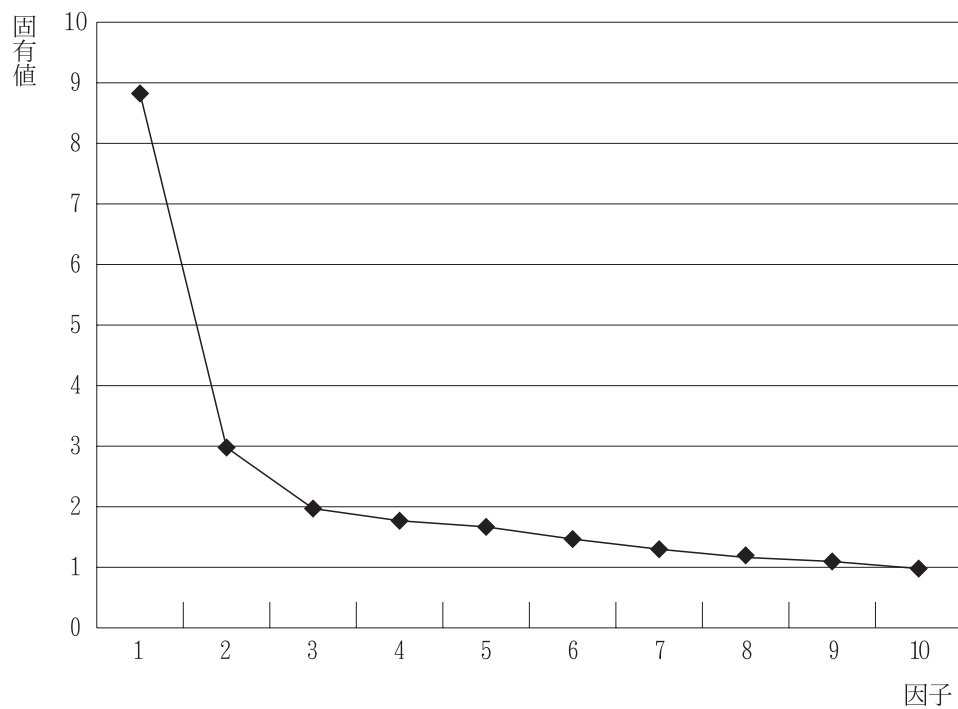


図 1. スクリープロット

因子分析の結果は、因子負荷量.40以上の項目を因子ごとにまとめた因子パターン行列を表10に、因子間相関行列を表11に示した。5つの因子は下記のように解釈し命名した。

表10. 5因子解による回転後の因子パターン行列

| | 因子 | | | | |
|----------------------|----------------------------|--|---------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|
| | 1 自分で選び恐 れずやってみ る | 2 非言語コミュ ニケーションに 気づき相手の 気持ちを聴く | 3 状況と関連付 けて複数の選 択肢を持って 選ぶ | 4 行動や感情や 状況に気づき 変化に対応す る | 5 体験を通して 自分なりに考 える |
| A30 恐れずやってみる | .859 | .031 | -.119 | -.031 | .031 |
| A32 新しい行動を試みる | .815 | -.067 | .193 | -.056 | -.154 |
| A33 自分の可能性を枠にはめない | .755 | -.081 | .168 | .065 | -.045 |
| Ch26 自律的に選択する | .711 | -.100 | .133 | .011 | .027 |
| A31 行動が型にはまっていない | .684 | -.034 | -.142 | .206 | .052 |
| F17 自分に肯定的 | .652 | -.119 | .000 | .047 | .075 |
| F19 否定的感情を表現する | .451 | .185 | -.098 | -.188 | -.053 |
| C13 非言語コミュニケーションに気づく | -.058 | .604 | -.046 | .084 | -.013 |
| C11 相手の意見気持ちを引き出す | .042 | .588 | .066 | .095 | -.011 |
| F21 気持ちを分かろうとする | -.118 | .570 | .018 | .340 | .114 |
| C9 相手が伝えたいことを聴く | -.131 | .566 | .121 | .080 | .150 |
| F16 五感を活用する | .025 | .550 | -.213 | .134 | -.031 |
| C12 フィードバックを授受する | .280 | .471 | .092 | -.343 | .222 |
| C10 疑問点は質問する | .052 | .434 | .083 | .090 | .050 |
| T2 状況と関連付けて考える | -.154 | -.163 | .699 | .032 | .153 |
| Ch24 選択のために情報を集める | .071 | .156 | .675 | .018 | -.161 |
| T3 出来事の関連性をとらえる | -.201 | -.035 | .621 | .061 | .331 |
| Ch23 複数の選択肢を持って選択する | .333 | .048 | .579 | .080 | -.232 |
| A29 自分の行動に気づいている | .141 | .240 | -.046 | .661 | -.144 |
| Ch28 結果や状況の変化に対応できる | .214 | .040 | .132 | .556 | -.103 |
| Ch25 結果や影響を考慮して選ぶ | -.271 | .163 | .350 | .464 | -.125 |
| F15 感情に気づいている | .164 | .267 | -.041 | .430 | -.024 |
| T6 体験から仮説する | -.006 | .186 | .160 | -.260 | .580 |
| T7 自己概念を体験的に検討する | .007 | .039 | .063 | -.181 | .553 |
| T1 自分の傾向に気づいている | -.122 | -.044 | .072 | .237 | .486 |
| T5 自分なりの視点がある | .324 | .132 | -.216 | .096 | .420 |
| T4 事実と推論を区別する | -.016 | -.054 | .320 | .302 | .227 |
| C8 表現が分かりやすい | .349 | .065 | -.102 | .032 | -.017 |
| C14 話し合いに積極的に参加する | .285 | .139 | .031 | -.071 | .106 |
| F18 肯定的感情を表現する | .345 | .224 | -.028 | .203 | -.050 |
| F20 気持ちと言動が一致している | .397 | .013 | -.104 | .126 | -.065 |
| Ch22 自分のしたいこと知っている | .394 | -.029 | .086 | .232 | .187 |
| Ch27 自分の価値観に気づいている | .362 | -.182 | -.017 | .339 | .318 |
| A34 行動をふりかえり改善する | .120 | -.008 | .369 | .024 | .236 |
| A35 曖昧さや葛藤の中に留まれる | .111 | -.022 | .389 | .096 | .077 |

表11. 因子相関行列

| 因子 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1 | 1.000 | .516 | .316 | .332 | .208 |
| 2 | .516 | 1.000 | .449 | .222 | .263 |
| 3 | .316 | .449 | 1.000 | .166 | .245 |
| 4 | .332 | .222 | .166 | 1.000 | .191 |
| 5 | .208 | .263 | .245 | .191 | 1.000 |

第1因子は、A30恐れずにやってみる、A32新しい行動を試みる、A33自分の行動を枠にはめない、Ch26自律的に選択する、A31行動が型にはまっていない、F17自分に肯定的、F18否定的感情を表現する、などに高く負荷しているので『自分で選び恐れずにやってみる』因子と名づけた。

第2因子は、C13非言語コミュニケーションに気づく、C11相手の意見気持ちを引き出す、F21気持ちを分かろうとする、C9相手が伝えたいことを聴く、F16五感を活用する、C12フィードバックを授受する、C10疑問点は質問する、に高く負荷しているので『非言語コミュニケーションに気づき相手の気持ちを聴く』因子と名づけた。

第3因子は、T2状況と関連付けて考える、Ch24選択のために情報を集める、T3出来事の関連性をとらえる、Ch23複数の選択肢を持って選択する、に高く負荷しているので『状況と関連付けて複数の選択肢を持って選ぶ』因子と名づけた。

第4因子は、A29自分の行動に気づいている、Ch28結果や状況の変化に対応できる、Ch25結果や影響を考慮して選ぶ、F15感情に気づいている、に高く負荷しているので『自己の行動や感情や状況に気づき変化に対応する』因子と名づけた。

第5因子は、T6体験から仮説する、T7自己概念を体験的に検討する、T1自分の傾向に気づいている、T5自分なりの視点がある、に高く負荷しているので『体験を通して自分なりに考える』因子と名づけた。

4. 結果の考察

35項目からなる『5つのライフスキル自己検討表』は、抽出された因子と領域に対応して作成された項目との関連を見ると、概ね第1因子はActingの項目、第2因子はCommunicatingの項目、第3因子はChoosingの項目、第5因子はThinkingの項目が多く、それぞれの領域に対応していると考えられるが、Feelingの項目に明確に対応する因子は見出せなかった。しかし第4因子は“気づき (awareness)”の因子であり、“気づく”ということは内外に起こっている変化を五感を通して受け取ること（すなわち感じ取ること）であるとするれば、第4因子をFeelingに関連する因子であると解釈することが可能であると考えられる。

これらの因子分析の結果を見ると「5つのライフスキル自己検討表」の35項目の背後には、概ね理論的に設定された5領域の存在が推定される。しかし今回実証的に抽出された5つの因子と理論的に設定された領域とそれを測定するために作られた質問紙の諸項目との対応には齟齬があり、項目のワーディングや領域のネーミングと理論的妥当性との関連から、検討するに値する問題を含んでいると思われる。

結論として、欠損値が多かった2項目および表8に挙げられた5項目の取り扱い、根本的には因子分析で得られた結果を踏まえた改定の必要性が示唆された。

(山口真人)

Ⅲ. 考察

今回の検討を通して、いくつかの課題が示された。

1、5つの因子が抽出されたが、作成者の体験学習の循環過程から想定した項目とは、ズレが生じていた。そのことから2つの課題が考えられる。

1) 学習者の視点に立ち、学習体験により近い項目設定を行う。そのためには、設定している項目の表す内容を様々な方向から見直し、学習者にとってより切実な面を取り出した文章表現や語句説明にしていく必要がある。

2) 理論から導き出された分類ではなく、学習体験に即した分類を行う。

以上の2点は、表8に挙げた項目の、削除を含めた再検討の指標になると考えられる。

2、欠損値が多かった2項目であるが、Iの用い方で述べたように、時を置いて記入するという用い方をした場合、「わからない」から何らかの評定への移行の可能性を、想定したのである。そうした変化が起こった場合、学習者の学びの自覚につながると考えたのである。今後の課題としては、欠損値が項目の不備または不適切からくるものであるか、または学習者にとって学ばれていない学習内容であるのかを、確認する必要がある。そのためには、1-1)が重要になる。

3) 学習前期と後期の2回に「5つのライフスキル自己検討表」を実施し、そのデータの検討を行う必要がある。

4) またその過程で、「わからない」という評定を設定することの有効性も、検討される必要がある。

3、II-4で述べられている第4因子に関しては、ライフスキルとして何を想定するかという、全体の設定から考察しなおす必要があると考えられる。

5) 体験学習の循環過程を考えると、指摘、分析というプロセスにおいて、気づきは欠かすことのできない要素である。また体験→指摘→分析→仮説化→新たな体験という循環過程を回していくのにも、常に今ここを捉える感受性を欠かすことはできない。そうした観点から、Feelingとい

うライフスキルの内容を、再検討し設定しなおす必要があろう。

以上あげた5つの課題を検討し、それに基づいて再度改訂版を作成することを考えてみたい。

(グラバア俊子)

[注]

¹ L.ラスの提唱する価値を認めるための7つの基準は次のようなものである。

- 1) いくつかの選択肢からの選択である
- 2) 結果について充分考慮した選択である
- 3) 自由意志に基づいた選択である
- 4) 重んじて大事にしている
- 5) 公けに述べている
- 6) 実際に行なっている
- 7) 一貫したやり方でくり返し行っている

² Kirshenbaum, Howard "Beyond Values Clarification" Readings in Values Clarification 1973 Winaton Press pp.93-94

³ Kirshenbaum, Howard ibid. pp.101-102

⁴ グラバア俊子「ボディー・ワークのすすめ」創元社1988 pp.160-168

なお、価値の明確化のプロセスとして挙げられたものをそのまま用いた項目は、C-1,C-2, C-3, C-5, F-1, F-7,Ch-2,Ch-3,Ch-4,Ch-5の10個である。少し変えて用いた項目はT-1, T-4, T-5, C-6, F-7の5つである。特にFeelingに関しては「叡知は知性に存在し、多くの人生上の問題は理性的な過程によって解決されるという信仰から、学校はその歴史を通じて念入りにこの領域（感じることを避けてきた）」と述べている。価値の明確化では、内的な経験に聞かれていることが重要であり、具体的には内的な経験への気づきと受容のプロセスとしている。7つの基準で挙げている「重んじて大事にしている」もFeelingに含まれるとしている。

⁵ 「5つのライフスキル自己検討表」を、今回変更した点

a 追加したもの

- 「わからない」の項目に注意書きを追加。
※「わからない」という項目の使い方が特殊ですので、ご注意ください。
「わからない」という項目は、質問の意味や使われている用語などが分からない場合にチェックしてください。
- T-7自分をこういう人間だと決めつけしないで、自己概念を体験の広がりの中で再検討する。
- F-7相手の中にある感情や気持ちをわかろうとする。
- Ch-7自分が一旦選択したことでも、結果や状況などによって、必要に応じて変えることができる。
- A-7不明確な状況や、対立や葛藤の中にとどまることができる。

b 表現を変えたもの

- T-1人や物事を見る際の自分の傾向（第一印象、思いこみ、偏見など）
→人や物事を見る際の自分の傾向（第一印象、思い込み、偏見など）に気づいている。
- C-1表現が明確である。→ 表現が分かりやすい。
- C-7小グループのメンバーとして話し合いや集団決定が効果的に行われるよう行動する。
→小グループのメンバーとして、話し合いや集団決定の場面に積極的に参加する。
- F-1今の自分の気持ちに気付いている。→ 今、自分の中に起こっている感情

の動きに気づいている。

- F-6 気持と言動が一致している → 自分の気持と言動が一致している。
- A-5 自分自身の行動の可能性を自分で枠にはめて狭めない。
→ 自分自身の行動の可能性を、枠にはめて狭めずにいることができる。

⁶ Kirshenbaum, Howard *ibid.* pp.102

資料 1

5つのライフスキル自己検討表

年 月 日

番号

氏名

※「わからない」という項目の使い方が特殊ですので、ご注意ください。
「わからない」という項目は、質問の意味や使われている用語などが分からない場合にチェックしてください。

| | | |
|--|---|--|
| <p style="text-align: center;">Thinking</p> <p>T-1 人や物事を見る際の自分の傾向（第一印象、思い込み、偏見など）に気づいている。</p> <p>T-2 得た知識を自分自身や自分のおかれた状況と関連づけて考えようとする。</p> <p>T-3 出来事と出来事との関連性、影響関係をとらえようとする。</p> <p>T-4 言葉を推測や断定（きめつけ）と事実の報告に分けて用いることができる。</p> <p>T-5 自分なりの物の見方、視点をもっている。</p> <p>T-6 自分の体験から仮説を引き出そうとする。</p> <p>T-7 自己概念を体験の広がりの中で再検討する。</p> | <p style="text-align: center;">めったにない まああるほうだ いつもある</p> <p>T-1 </p> <p style="text-align: center;">わからない あまりない しばしばある</p> <p>T-2 </p> <p>T-3 </p> <p>T-4 </p> <p>T-5 </p> <p>T-6 </p> <p>T-7 </p> | |
| <p style="text-align: center;">Communicating</p> <p>C-1 表現が分かりやすい。</p> <p>C-2 相手の言葉だけでなく、相手が何を伝えたいかを聞こうとする（傾聴、共感）。</p> <p>C-3 わからない点は質問して確かめる。</p> <p>C-4 相手のもっている意見、情報、気持ちなどを引き出そうとする。</p> <p>C-5 フィードバックを受けたり与えたりする</p> <p>C-6 コミュニケーションの非言語的な側面に気づく。</p> <p>C-7 小グループのメンバーとして、話し合いや集団決定の場面に積極的に参加する。</p> | <p style="text-align: center;">めったにない まああるほうだ いつもある</p> <p>C-1 </p> <p style="text-align: center;">わからない あまりない しばしばある</p> <p>C-2 </p> <p>C-3 </p> <p>C-4 </p> <p>C-5 </p> <p>C-6 </p> <p>C-7 </p> | |
| <p style="text-align: center;">Feeling</p> <p>F-1 今、自分の中に起こっている感情の動きに気づいている。</p> <p>F-2 自分の五感（視・聴・嗅・味・触）を活用する。</p> <p>F-3 在りのままの自分に肯定的な気持ちをもつ。</p> <p>F-4 肯定的感情を適切に表現する。</p> <p>F-5 否定的感情を適切に表現する。</p> <p>F-6 自分の気持ちと言動が一致している。</p> <p>F-7 相手の中にある感情や気持ちをわかろうとする。</p> | <p style="text-align: center;">めったにない まああるほうだ いつもある</p> <p>F-1 </p> <p style="text-align: center;">わからない あまりない しばしばある</p> <p>F-2 </p> <p>F-3 </p> <p>F-4 </p> <p>F-5 </p> <p>F-6 </p> <p>F-7 </p> | |
| <p style="text-align: center;">Choosing</p> <p>Ch-1 今、自分が何をしたいか、とらえている。</p> <p>Ch-2 選択の幅を広げ、たくさんの可能性の中から選択できるようにする。</p> <p>Ch-3 選択の為になるべくたくさんの情報を集めようとする。</p> <p>Ch-4 選択するとき、その結果やプラス・マイナスを考慮する。</p> <p>Ch-5 他人の目を気にしたり、他にあわせたりせず、自律的に自分で選択する。</p> <p>Ch-6 自分の選択の基準になっているもの（価値観）に気づいている。</p> <p>Ch-7 自分が一旦選択したことで、結果や状況などによって、必要に応じて変えることができる。</p> | <p style="text-align: center;">めったにない まああるほうだ いつもある</p> <p>Ch-1 </p> <p style="text-align: center;">わからない あまりない しばしばある</p> <p>Ch-2 </p> <p>Ch-3 </p> <p>Ch-4 </p> <p>Ch-5 </p> <p>Ch-6 </p> <p>Ch-7 </p> | |
| <p style="text-align: center;">Acting</p> <p>A-1 今、自分がとっている行動に気づいている。</p> <p>A-2 恐れてひっこまず、まずやってみる。</p> <p>A-3 行動が決まりきった型にはまっていない。</p> <p>A-4 自分にとって新しい行動を試みる。</p> <p>A-5 自分自身の行動の可能性を枠にはめて狭めずにいることができる。（「私は…できない人間だ、こんなことできかない etc.）</p> <p>A-6 行動をふりかえり、次の行動の改善を試みる。（EIAHE'のプロセスを踏む）</p> <p>A-7 不明確な状況や、対立や葛藤の中にとどまることができる。</p> | <p style="text-align: center;">めったにない まああるほうだ いつもある</p> <p>A-1 </p> <p style="text-align: center;">わからない あまりない しばしばある</p> <p>A-2 </p> <p>A-3 </p> <p>A-4 </p> <p>A-5 </p> <p>A-6 </p> <p>A-7 </p> | |