

## 令和6年度 第1回 FD 研修会「Well・being 向上のための自分探し」

### アンケート調査結果報告書

参加人数 46 人、回答者 30 人（回答率：65.2%）

令和6年8月28日作成、報告書作成者：菌部 正人（FD 委員）

■令和6年8月6日実施の令和6年度 第1回 FD 研修会においては、ご参加頂きました柴岡学長をはじめ、参加者全員（46名）に対して事後に Google フォームスを利用し、研修会に対する意見等のアンケート調査を実施した。今回は、回答頂いた 30 人について、その結果の概要を質問項目の順にまとめ、以下に報告する。

#### 1. ミニレクチャー：『「Well・being 向上のための自分探し」の今日的意義と対策』の内容について

演者：大津 一義 FD 委員

所見：実施したミニレクチャーに対して、「①理解できたか」の問いに、参加者の 50%が「そう思う」と回答、「ややそう思う」40.0%を含めると 90.0%が理解していたことになる（図1 参照）。参加した教職員の演題に対する理解力の高さが伺える結果となった。さらに、「②役に立ちましたか」の質問にも 93.4%が「役に立った」と回答し、本ミニレクチャーを今後の授業や仕事に活かそうとする態度が示されていた（図2 参照）。

① 理解できましたか 30 件の回答

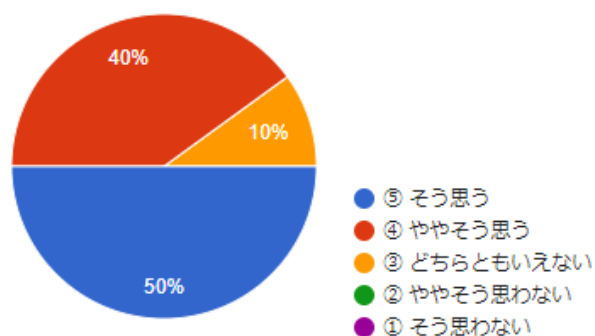


図1. ミニレクチャーの内容を理解できたか？

② 役に立ちましたか 30 件の回答

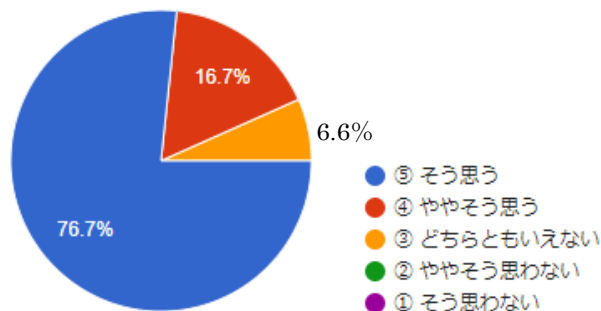


図2. ミニレクチャーの内容は役に立ったか？

#### 2. 演習 I（教職員自身による体験学習）

◆「交流分析—構造分析とエゴグラム」について 演者：近藤 卓 FD 委員

- ①エゴグラムチェックリスト票（近藤作15項目）とエゴグラム作成用
- ②エゴグラム（5つの自我状態）の理解（グループ学習）を実施した。

所見：実施した演習 I に対して「①理解できたか」の質問に 96.7%が理解できたと回答した（図3 参照）。さらに、「②役に立ったか」の質問には、93.1%が「役に立った」と回答していた（図4 参照）。

① 理解できましたか 30 件の回答

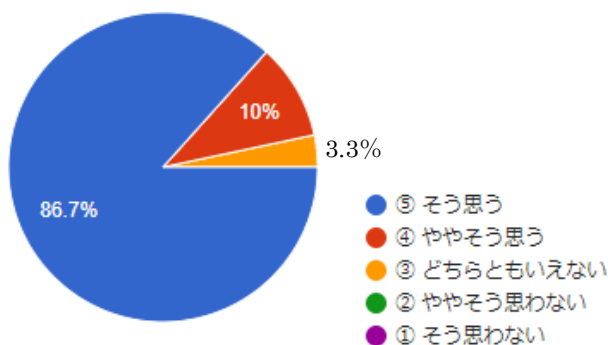


図 3. 演習 I の内容を理解できたか？

② 役に立ちましたか 29 件の回答

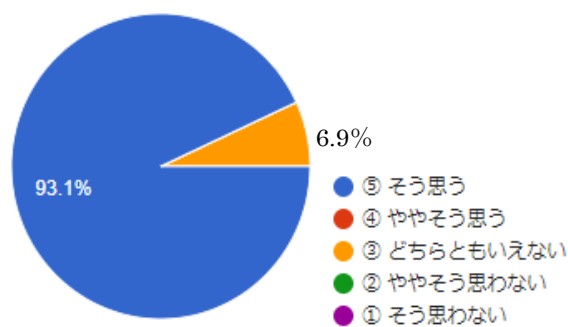


図 4. 演習 I の内容は、役に立ったか？

### 3. 演習 II（教職員自身による体験学習）

◆人生態度と対策（自分探しと対策）について 演者：大津 一義 FD 委員

③人生態度 4つのタイプの理解（自分探し）

望ましいタイプ I am OK, you are OK(自他肯定感)

④自他肯定感向上の具体的対策

所見：この演習 II の内容に対して「①理解できたか」の質問に 96.7%が理解できたと回答している（図 3 参照）。さらに「②役に立ったか」の質問には、90.0%が「役に立った」と回答していた（図 4 参照）。このことより、参加者のほとんどが「自分探し」の方法を理解し、その具体的対策を通し、自他の態度の改善に取り組んでいこうとする方法を模索している様子が垣間見られた。

① 理解できましたか 30 件の回答

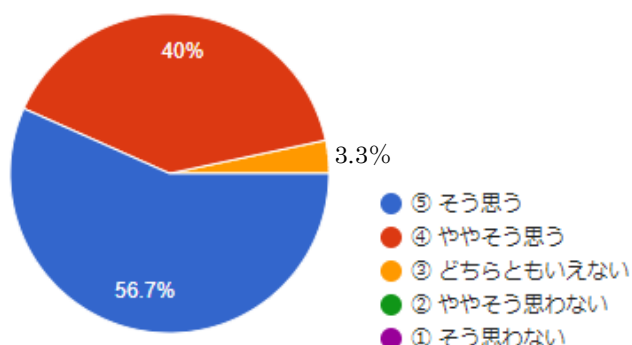


図 3. 演習 II の内容を理解できたか？

② 役に立ちましたか 30 件の回答

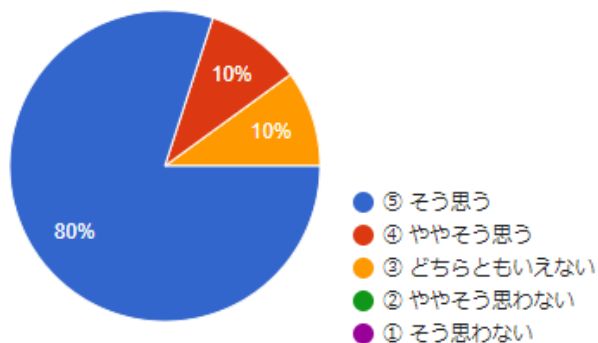


図 4. 演習 II の内容は、役に立ったか？

### 4. 非認知能力について

非認知能力（non-cognitive skills）とは、学力（認知能力）と対照的に用いられる言葉で、知能検査や学力検査では測定できない個人の特性による能力全般を指し、①目に見えにくい自分の内にある力（目標に向かってがんばる・最後までやり遂げる・新しいアイデアを生み出す・挑戦しようとする・失敗しても立ち直れる・自分の感情をコントロールする・自己肯定感を持つなど）と②他者との関わりの中で発揮

される社会性に関する力（協調・尊重・共感・コミュニケーション能力・思いやり・他者肯定感を持つなど）を示します。

所見：この非認知能力についての演習の内容に対し、「①理解できたか」の質問に、90.0%が理解できたと回答している（図5参照）。さらに「②非認知能力の育成は必要か」の質問には、93.3%が「必要である」と回答していた（図6参照）。「③非認知能力のためにライフスキルを活用するか」については、90.0%が活用すると答えた（図7参照）。「④非認知能力のためにエゴグラムを活用するか」の質問には、86.2%が活用すると回答した（図8参照）。非認知能力の認識については、自らを含め、幼児から高齢者までQOL向上の為、今後もその研究および理解と活用を進めて行く必要があると示された。

① 理解できましたか 30 件の回答

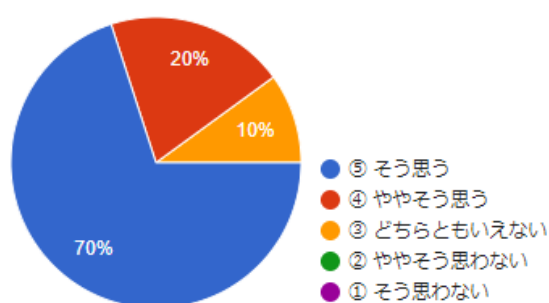


図5．非認知能力について理解できたか？

② その育成は必要ですか 30 件の回答

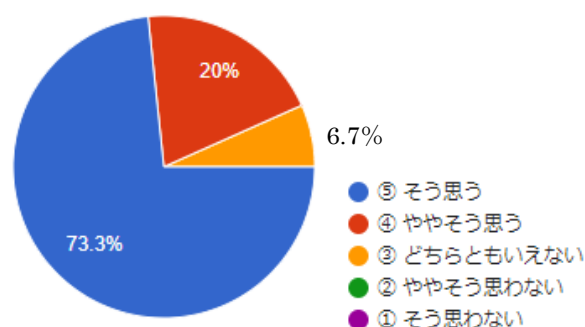


図6．非認知能力の育成は、必要か？

③ その育成のためにライフスキルを活用しますか 30 件の回答

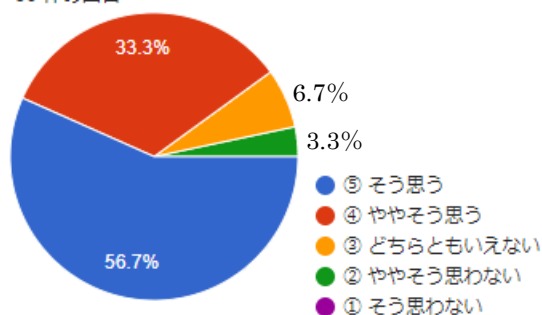


図7．非認知能力の育成のためライフスキルを活用するか？

④ その育成のためにエゴグラムを活用しますか 29 件の回答

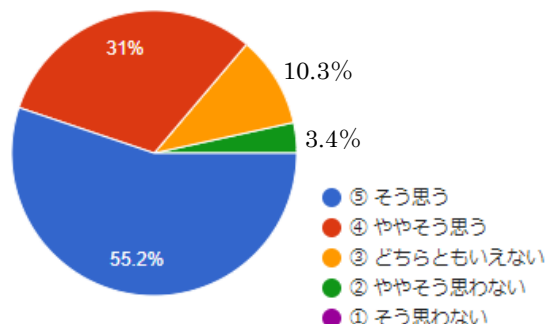


図8．非認知能力の育成のためエゴグラムを活用するか？

## 5. ライフスキルについて

ライフスキル (Life skills) とは、「個々人が日常生活から生じる要求や難題（挑戦）にうまく対処できるように、適切かつ積極的に行動するための心理的社会的技能」と言われており、ただ単に生活していく上での身体的スキル（箸の持ち方やケガ等の応急処置など）ではなく、心理的社会的要因により生じる課題などへ対処するために必要な技能であると言われている。（大津 一義 教授）

所見：ライフスキルの内容に対して「①理解できたか」の質問に 85.7%が理解できたと回答している（図 9 . 参照）。さらに「②ライフスキルの形成は、必要か」の質問には、86.2%が「形成が必要」と回答していた（図 10 . 参照）。このことより、参加者のほとんどがライフスキルの必要性を理解し、その具体的方法により、問題をスムーズに解決するためにライフスキル（心理的社会的技能）を身に付けたいと望んでいることが示された。

① 理解できましたか 28 件の回答

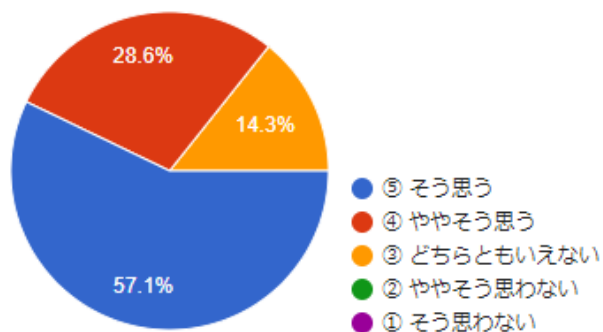


図 9. ライフスキルについて理解できたか？

② その形成は必要ですか 29 件の回答

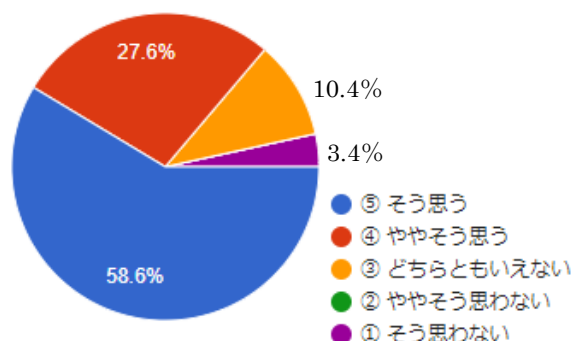


図 10. ライフスキルの形成は必要か？

## 6. エゴグラムについて

2000 年頃から、我が国の風土にあったこれらのライフスキル形成に有効な教材・学習材（ワークシート）の開発がなされ、それらの形成順序としては、まずもって、自己認識スキル形成が先決であることの成果が見出されてきた。その教材として、自他肯定感を培うことが大切との視点から、交流分析の構造分析で創案されたエゴグラムが活用されるようになった。つまり、エゴグラムは、人は誰でも自分の内部に 5つの自我状態（心の働き）があり、この心の状況を点数化・グラフ化して、目で見えて自ら操作できるようにした心の支援法です。

① 理解できましたか 30 件の回答

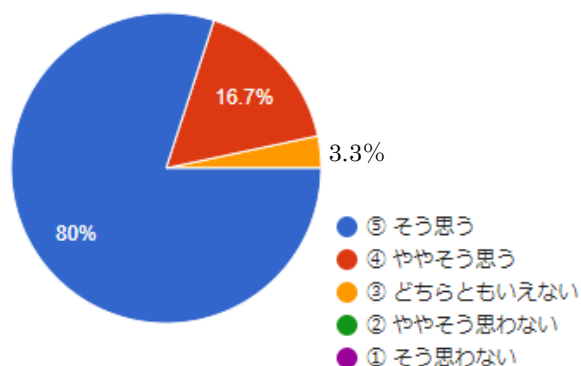


図 11. エゴグラムについて理解できたか？

②-1 その見方ができるようになりましたか 29 件の回答

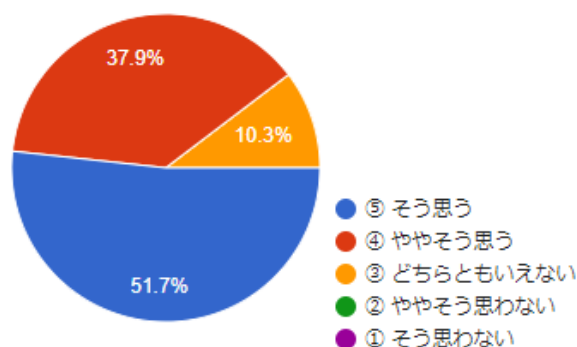


図 12. エゴグラムの見方ができるようになったか？

所見：図 11. より、ライフスキルについては、96.7%が「理解できた」と回答している。

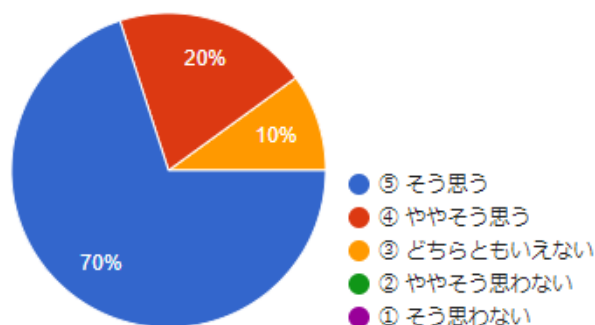
演習によりエゴグラムを実施してみて、89.6%が「エゴグラムの見方ができるようになった」と回答した（図 12 . 参照）。

## ②-2 自分の人生態度は、どのタイプでしたか？

各自エゴグラムを実施後、自我状態の確認を行った。その結果の一部を示すと、「自己否定他者肯定型」、「他者否定」、「CP 優位」、「自己肯定」となっていた。中には、「どれも当てはまらない」と回答した参加者もいた。自我状態が様々であることが示されていた。

## ③ 自分探しに役立ちましたか

③ 「自分探し」に役立ちましたか 30 件の回答



所見：「自分探し」に役立ったかについては、90.0%が役立ったと回答した。多くの参加者が「自分とは？」について考え、理解しようとしていたことが示された。

## ④ どのような「自分」を見出せましたか？

## ⑤ どの様な方向で改善したら良いと思いましたか？

上述の問いについては、実際の自分を省みて、改善していく姿勢を感じた。

<回答の一例>

質問④ 自分について：「客観的に見られない自分を見出せた。」

それに対しての改善点、

質問⑤ 改善点について：「視野を広げ、自分の感情だけで物事を捉えないようにする。」

## 7. 全体としての意見及び感想をご記入ください。

一部を紹介する。

「非常に良かった」、「またやってみたい」、「これから生徒の指導、育成に役に立つと思った」、「自分自身を見つめるのにも大変タイムリーな内容であり、エゴグラムも楽しく取り組みました」、「近藤エゴグラムチェック表は数が少なく得点が高くでる傾向にあることと、信頼性に欠けているので、授業で使用するのはいいが正式の場合には検討をようする」等の意見・感想があった。

## 8. 今後、FD 研修会で取り上げてほしいことをご記入ください

### ◆今後、FD 研修会で取り上げて欲しいこと（一部紹介）

意見：アンケートで要望の多い物＝必要な物

意見：もう一度今回の内容を実施してほしい。

- ・「今日のエゴグラムは、通信制高校で不登校から復活を目指す生徒・保護者には自分の子どもの状態や保護者のタイプもある程度理解できるので、教員がわかりづらい、親子関係もイメージできるツールになると思いますので、もう一度やっていただきたいです。」
- ・「今回の内容をもう少し細かく行うことを、願っています。」
- ・「エゴグラムのもっと細かいデータが知りたい」
- ・「今回のような心理的な分析に基づくものは、日常では気付けないことに気付く良い機会となるので大変興味があります。」
- ・「ぜひ今後の研修会でも取り上げていただきたいです。」
- ・「今回のような、学校で活かせる心理学的な分野の研修、発達障害、資産運用の教育など」
- ・「近藤先生のもっと深いお話を聞きたい。」
- ・「エゴグラム、ライフスキルの研修を継続して欲しい。」

意見：その他の意見・要望

- ・「オンライン環境下での効果的な授業の方法を知りたい」
- ・「学習目標について」
- ・「通学に困難がある学生にたいしての対応。メンタルヘルスに問題を抱える学生に対しての対応。そのメカニズムについて」
- ・「学生の受講態度の改善について」
- ・「多くの課題に対して演習形式で実施するのも良いように思った」
- ・「閉塞感からの脱却」
- ・「e-sports」
- ・「AI について」
- ・「引き寄せの法則」
- ・「本大学の学生指導の根本的な課題に取り組んでほしいと感じている。その為、FD 研修として多くの先生方（非常勤講師を含む）の実際の授業参観を実施して欲しい。また、その授業を受けている学生が大学の授業に対しどのように感じているかを調査することで、授業の実施状況を理解し、自分が実施している授業の質を向上させたいと考える。」

以上です。

FD 研修会へのご参加およびアンケート調査へのご協力ありがとうございました。

今後も宜しくお願い致します。