

# コア・コンピテンスを豊かにする「自分史・生活史・自己形成史学習」とその方法

笹川, 孝一

---

(出版者 / Publisher)

法政大学資格課程

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

法政大学資格課程年報 / 法政大学資格課程年報

(巻 / Volume)

1

(開始ページ / Start Page)

19

(終了ページ / End Page)

26

(発行年 / Year)

2012-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00014084>

---

# コア・コンピテンスを豊かにする

## 「自分史・生活史・自己形成史学習」とその方法

法政大学キャリアデザイン学部教授 笹川孝一

---

### 1. 文字記号を使いこなすことで、私と私たちと社会の主人公になる

#### (1) 「思考停止」は文字記号に使われる状態

##### ①新しい個人と新しい共同体を支えた権利、商品システム、科学技術とリテラシー

人間個人は、「近代」と言われる時期に、自由になり、自分自身の主人公になったと言われる。それ以前は、「天の摂理」であれ、「イエス・キリスト」であれ、「東照権現様」であれ、何らかの絶対的な力と、その代理人とされる「皇帝」や「ローマ法王」や「徳川将軍家」によって、人や民は、生活の細部まで、倫理的に「かくあらねばならない」と、その行動を規制されたりしていた。「贅沢をしてはいけない」「焼餅を焼いてはいけない」「上の者には逆らってはならない」などである。

そうした状況を破ったのが、「人間の自由と平等」「人民と国家との契約」「人としての権利と義務」などを合言葉にした市民革命であり、その経済的な基礎としての商品生産・流通システムの普遍化であり、それを支えた科学技術と表現の自由であった。

そして、それらを支えたものが、文字の読み書きを中核とする認識と表現システムとしてのリテラシーだった。

##### ②覇権と商業主義、受験競争がリテラシーの形骸化と無縁社会を生み出す

この新しい個人と共同体、自由と平等、自由な表現とリテラシーは、何ほどか実現してきた。農民の子ども女性も試験さえパスすれば、自由に大学に入学して勉学をすることができる。バラク・オバマ大統領のように、黒人の血を引いていても、アメリカの大統領になれる。足に障害を持っていても飛行機で世界中を旅行できる。

しかしそれは事柄の半面で、以前よりももっと深刻な状況も生まれている。覇権主義と戦争、商業主義によるカード破産、受験競争による自殺やいじめ、学習意欲の減退、無縁社会化が起きている。そして、2011年の福島第一原発事故は、多くの人から住む場所を奪い、家族をバラバラにし、海や川、田んぼや畑を放射能で汚し、飲み水にも影響が出る事態になっている。

近代社会が進めた商品の生産・流通システム、科学技術、リテラシーは、人間に多くの利便性をもたらしたのに、なぜ、こうも厳しい、耐え難い状況を生み出してしまったのか。

それは、一面では、覇権や商業主義や受験勉強がもたらす「思考停止状態」の結果である。イラク戦争の理由とされて、アメリカ・ブッシュ政権のパウエル国務長官が国連で演説した「サダムフセインは大量破壊兵器を隠し持っている」という情報は、フセイン大統領がアメリカとその支援を受けたイラク政府の手で拘束され絞首刑にされた後に、「大量破壊兵器はなかった」と、ブッシュ大統領自身が認めたが、謝罪はなかった。あるコンビニエンス・ストアでは、「消費期限」が切れると、実際にはまだ食べられる商品が廃棄されたり、流通段階で缶にへこみができた缶詰なども廃棄されたりされる。そして、その光景に「先進国」の「ふつうの」私たちはあまり疑問を持たない。他方で、アフリカだけでなく、日本でも生活保護世帯の「餓死」が時おり報道されていても、である。

そして、原発については「安全である」という副読本が福島県をはじめとする原発立地県で配布され、学校で教えられていた。また、原発は事故のことばかりが多く報道されているが、廃棄物の最終処分場が見つからず、地中深く埋めたとしても、その放射能が無くなるまでには10万年かかることや、濃縮ウランがすぐ核兵器に転用されることはあまり報道されない。

そして、「高校受験」や「大学受験」に照準を合わせた「教育」が行われている場合には、これらのことに対する疑問は、ときとして「受験の邪魔になること」として打ち消され、かき消されてしまう。その結果、試験に合格するたびに、自分の些細な疑問がふるい落とされ、誰かが用意した「知識」だけを吸収するような、さらさらした感性の持ち主、素直に「知識」を吸収する頭のいい子になるように、あまり他人にはかわりを持たないように訓練される。

こうした「思考停止」が科学技術やリテラシーを介して作られている。なぜなら、新聞や「賞味期限」や「副読本」の文字が読めない時代には、核技術が開発される以前には、起こりえないことだったからである。

③思考停止は、科学技術や「リテラシー」に含まれる「名づけること」の矛盾の展開

思考停止は、覇権や、商業主義や受験競争だけの結果ではなく、リテラシーに内在する無住の展開でもある。

文字というものは、コトバによる「名前」を固定するために生まれたものである。そして「名前」は、異なる人々の間であることを共通に認識するために、具体的なものを抽象し特徴づけたものである。だから、あるものについて、「名づける」ということを行った瞬間に、その名前によって特徴づけた側面以外の要素は切り捨てられる。

例えば「この米は福島産」だと言ったとき、つまり「福島産の米」と名づけた時に、その米にセシウムが含まれているかどうかは捨象されている。そしてセシウムを含まない米であっても、「福島産の米」というだけで売れない。この場合、捨象した要素を検証しないままに、つまりセシウムの有無を検証しないままに、「福島の米＝セシウム入りの米」という独断、思考停止に陥っている訳である。こういう、「名づけること」の不用意な扱いが、思考停止をもたらしそれが「風評被害」を引き起こしているのである。

これは、より複雑な因果関係を扱う科学の場合にも起こりうる。

例えば、原発はCO2を出さないクリーンなエネルギーだという時に、核廃棄物の処理は視野の外に置かれている。あるいは、まだ日本では実用化されていない核燃料の再生処理サイクルがすでに軌道に乗っているかのような、無いものを有るかのように扱う、ブッシュの論法に立って、あえて無視している。また原発はコストがかからない安価なエネルギー源だという時に、老朽化する原子炉の廃炉コストがあえて視野の外に置かれてきた。

(2) 文字記号の性質を知ったうえで、文字記号を使いこなすこと

現代社会で生きる私たちにとって、商品経済を否定することも、リテラシーを無視することもできない。「お金」と「文字記号」は、均一な品質の商品を世界から取り寄せるうえでも、人と人、人と自然との、人と自分との対話にとっても、欠かせないものだからである。

だが、文字記号の内部に落とし穴がある。とすれば、文字記号の性質をよく知ったうえで、文字記号を使いこなすように工夫すること、文字記号に振り回されないように賢くなること、それを避けることはできない。

(3) 主体的な行動を支える「リテラシー」システム

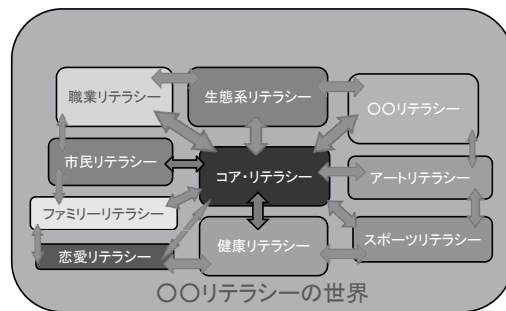
文字記号に振り回されないためには、自分自身のリテラシーシステムを意識的に整備する必要がある。具体的にはどうしたよいか。

①リテラシー世界の拡張

～「〇〇リテラシー」の世界～

文字の読み書きを中核とする、リテラシーシステムは、人生に関わる事柄全体をカバーすることができる。「〇〇リテラシー」という考え方である。

〇〇リテラシーの世界＝リテラシーと「知識」の世界



②リテラシー世界の機能強化

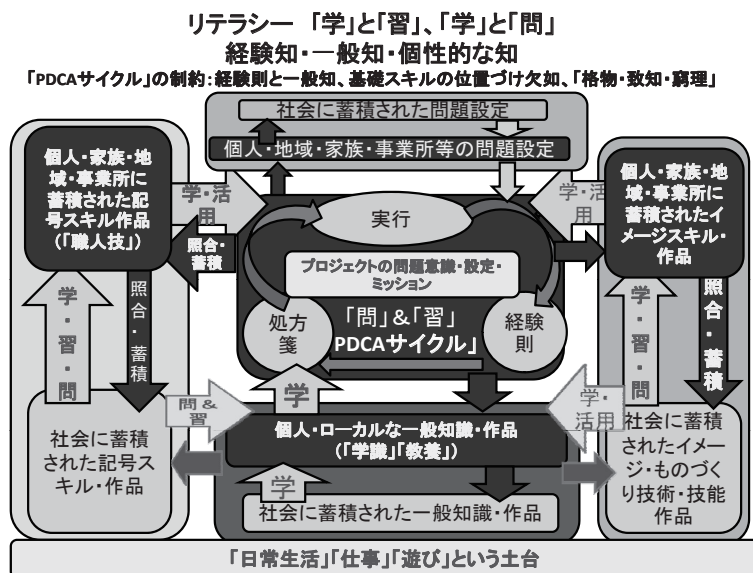
～PDCA サイクルを支える4つの世界と

「学」「習」「問」「学力」～

このことを前提に、文字記号の性質を知ったうえで、使いこなすことが大事になる。

まず、重要なことは、土台としての「日常生活」「仕事」「遊び」である。

その上で、図の中央にある、プロジェクトの問題意識・設定・ミッションに基づいて、いわゆるPDCAサイクルを回すことである。



このサイクルが動くためには、4つの要素によるサポートが必要である。

第1は、図の上、問題設定の世界である。これによって、基本的な課題が設定される。

第2は、図の下、知識・作品の世界である。これによって、ミッションの性質や工程を把握することができる。

第3は、図の左、文字記号を含めたスキルの世界である。これによって、実行可能性がチェックされ、具体的な工程が進行する。それとともに、知識や問題設定の世界の扉を開けることができる。

第4は、図の右で、イメージの世界である。これは美意識の世界と言ってもよい。何を実現した生かしたくないか、行動の原動力になる部分である。

この際に重要なのは、これら4つのいずれの世界においても、自分自身、あるいは自分たち自身の生活経験をくぐらせないと、実際には、知識力、技術力、イメージ力、問題設定力は生まれにくいことである。世の中に蓄積された一般的な、知識や技術、イメージ、課題設定に関する「一般知」等を吸収する「学」という行為を行う。同時に、自分自身自分たちの家族、地域、職場、学校、団体、国、国際エリア、地球などでの経験と突き合わせる。それによって、より良い方法を探すために自問自答し、友人や先輩たちと対話をする「問」の行為を行う。そして、これらの経験知か一般知とを突き合わせながら、経験知も一般知も修正し、ローカルな知を作り出し、更新する。

そのローカルな知が、自分たちの個性的な知識、技術、イメージ、問題設定である。それを前提として、一般知、経験知、ローカルな知について、それらに関する「学」と「問」との両方の身体化、「習」を行う。

### ③「受験学力」から「自分たちの学力」への学力の転換とコンピテンス competence

このような、自分たちのこれらの「学」「問」「習」つまり、「学問」と「学習」をセットにした行為を運用できる能力が、「学力」である。

仕事ができる人、楽しい家族、業績のいい企業、元気のある地域などは、個人や家族、企業、地域としてこの作業を行っている。

そこには「受験学力」も重要な一部として含まれるが、それだけではない。だから、「受験学力から、自分たちの学力への転換」が重要である。

そしてこの「自分たちの学力」、一般知と経験との両方を踏まえた個性的な知を「コンピテンス competence」あるいは「コンピテンシー competency」という。

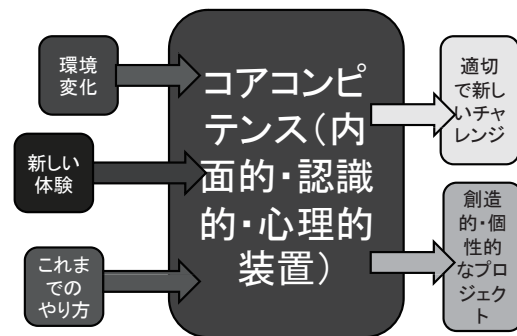
これは、ある具体的な状況の中で、それをコンプリート complete する能力。制約された具体的な条件の下で、より良い状態を作り出していく臨機応変の能力である。このコンピテンスは、個別能力としてのアビ

リティーズ abilities に支えられ、プロジェクト遂行能力としてのケイパビリティ capability を支える。

## 2. 「コア・コンピテンス」の役割

### ①内面装置としてのコア・コンピテンス

そのコンピテンスのなかで、人間のコア=核になるコンピテンスを「コア・コンピテンス」という。それは、外からの刺激（環境変化や新たな体験）を消化して、新たな環境や新しい実践的チャレンジ（プロジェクト設定、商品開発等）に適切に対処する、内面的世界（心理的、認知的、神経的装置）である。



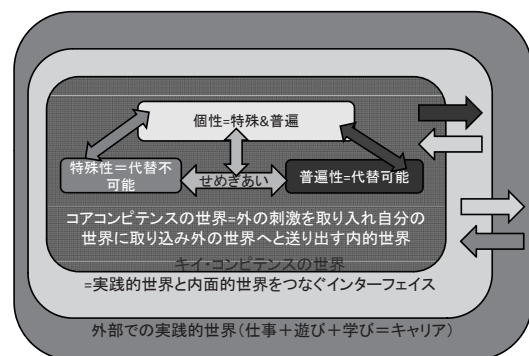
つまり、新しい刺激や状況の変化等も、このブラックボックスを通せば、状況がコンプリートされる、という便利な装置である。

### ②自分で作る「ブラックボックス」の中身と世界とのつながり

しかし、このブラックボックスは、どこにも既製品としては売っていない。

仮に売っているととしても、それは役に立たない。なぜならば、それは、普遍性を持つとともに、自分の人生などを踏まえた特殊な要素も加わった、個性的なもの、オーダーメイドのものでなければならぬからである。そしてそれを作れるのは、さまざまなサポートを受けながらも、一人一人の個人、一つ一つの家族、企業、学校、ゼミ、地域、国、団体などだからである。

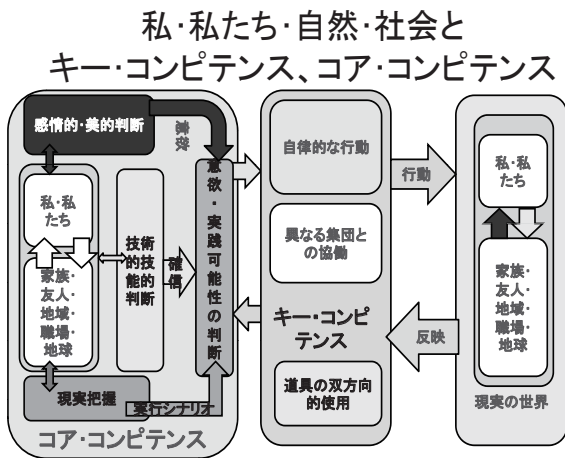
### ブラックボックスとしての「コアコンピテンス」の構造



そしてこのコア・コンピテンスが、個人や家族、企業等とより広い社会とのインターフェイスである「キ

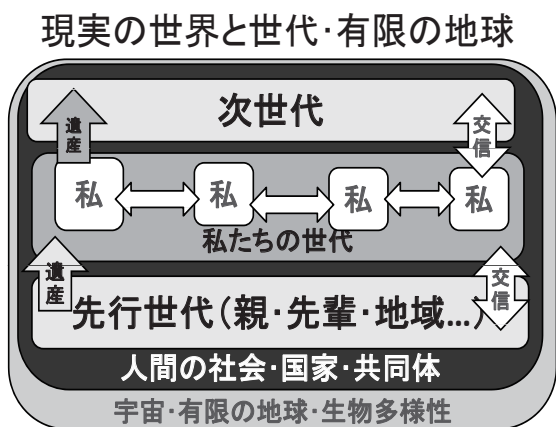


イ・コンピテンス」＝自律的行動、異なるものとの協働、道具の双方向的使用等＝を介して、広い世界へと繋がっていき、世界の中に自分のポジションを作ること



「就職力」とか「就業力」「学士力」「人間力」「社会人基礎力」と言われているのは、いずれも、この、コアコンピテンスとキイコンピテンスを含む、「アビリティーズ」「コンピテンス」「ケイパビティー」の装置が機能するように、一人一人の内面に作られているかどうか、そのことを表現したものである。

これらについて、ともすると、「個人」が地球や社会、他の世代と切り離されて抽象化されがちであるが、実際には、個人は、地球上での具体的な時代と場所における、世代から世代への命と生活様式＝文化のリレー、バトンタッチの一過程である。



### 3. コア・コンピテンスを豊かにする「自分史・生活史・自己形成史学習」とその方法

(1) コア・コンピテンスを豊かにする「自分史・生活史・自己形成史学習」

①コア・コンピテンスを豊かにする学習ツール  
 コア・コンピテンスを豊かにするためのツールはいろいろある。今、若者や大人たちの学習に即して言えば、①現状分析、課題解決の調査・学習・研究 (→自

分研究、家族研究、地域研究、会社研究、プロジェクト分析…)、②時間・歴史研究 (→「自分史」「家族史」「地域史」「社史」「国家史」「研究史」「プロジェクト史」…)、③空間研究・(地理的)比較研究 (→隣人研究、親類研究、他地域研究、他企業研究、他国研究…)、④コンセプト・概念、キーワード研究 (→①～③において必要なキーワードの検討) がある。

この4つは、①を軸に、互いに支え合う、一つの構造を作っている。

#### ②大状況と小状況をつなぐジャンクションとしての コア・コンピテンス

コア・コンピテンスの役割は、大状況と小状況をつなぐジャンクションである。すでに述べたように、現在の世の中では、覇権と商業主義、受験競争やマスメディアなどによって、個人や家族、地域の細部の小状況を無視するかのように、正しい「知識」「常識」がふりまかれ、私たちもそれに巻き込まれている。

そこで、ジャンクションとしてのコア・コンピテンスを自分たちの中に作り、自分たち自身の知識や常識を創造するためには、i) 小状況から入り、ii) 大状況を調べなおし、iii) そして両者をつなぐコア・コンピテンスを作るという攻め方が適切と考えられる。

#### ③その1 事例としての「自分史・生活史学習・自己形成史学習」の役割

その1つの事例として、「自分史・生活史学習・自己形成史学習」がある。これは、自分の日常生活とその歴史を描くことを通して、自分と自分を取り巻く事柄に気づき、自覚になる作業である。

この作業を通して、人はわかっているつもりだった、自分や自分に関わる事柄のつながりについて、気づき、認識する。自分の生活の関心事、喜びと悲しみ、人々、社会システム、生態系とのつながり、前世代から受け継いだもの、自分の世代で発展させたもの、次世代に伝えつつあるもの、自分の能力の長所と短所などである。

そして、それを通じて、自分の内面世界(コア・コンピテンス)が豊かになり、ポジショニングや行動の変化も起きる。個々の気づきから、自分の内面世界を整頓する作業、認識システム、判断システムを再構築する作業が、矛盾の自覚を含めて行われるからである。

それによって、行動が変化し、世界や人々に開かれた自分の世界を楽しむこと、他の人々・生命体との交信・協力を楽しむことができるようになる。

#### (2) 年齢によって異なる自分史の書き方～自分史の方法①

「自分史」には、大きく分けて2つの方法がある。1つは、本人が話すことを別の人が書き留めて、読み

聞かせなどをして共有する方法であり、もう1つは、本人が自分で書く方法である。

### ①話す・共有する

乳幼児の場合、もちろんまだ書くことはできない。この時期は将来、自ら書くことを想定して、本人の言葉を豊かにすることが大事な時期である。

#### i) コトバかけ、話しかけ、笑いかけ～乳児の場合～

乳児の場合は、授乳やおむつ替え、高い高いなど、「食事」と排泄と遊びという生活内容と組み合わせ、コトバかけ、話しかけ、笑いかけ、歌いかけをすることが大事である。この活動を通して、子どもには表現したい内容が生まれ、泣き声、笑顔、喃語、笑い声、手のしぐさ、目の動きなどの表現手段を覚えていく。言葉はその中の重要なものだが、大人や他の子供が話しかけることによって、乳児は、周囲の人々が話す「母語」の音節と単語を覚え、自分の声をその言語に同調させていく。

#### ii) 体験する、絵本を読んでもらう、オウム返しに話す、自分の名前を覚える～幼児期～

幼児期になると、自分で自分の体が動かせるようになる。この時期、危険なことも含めて、自分でいろいろなことを体験しようとする。食器を使う、トイレに行く、自分で着替える、お風呂で洗うなど、生活の基本的習慣をつけながら、さまざまな体験をして、してよいことといけないうこと、けんかや仲直りとそのルールなども覚えていく。

この時期には、ストーリーが理解できるようになるので、絵本や紙芝居、お話を聞くなどを好むようになる。そして想像力を身につける。オウム返しに話すことを覚え、一部自分の意思を言葉で伝えるようになる。同時に自分の名前を覚えるようになり、自分が登場するお話や、少しずつ、今日あったことや好きなことや嫌いなことなどについての会話が成立するようになる。

#### iii) 日々の出来事を話す

4～5歳になると体も十分自由になるので、友達同士でも遊び会話し、けんかもし、話すようになる。家で今日あったことを話したり、幼稚園や保育園の先生に話かけたり、絵を描いたり、楽器を弾いたりできるようになる。

この時期、子どもが話していることを親や保育士が書き留めて子供に聞かせて共有することができる。「先生あのね」という実践は、その典型と言える。また、次第に字も覚えて、書けなくとも読めるようになることもある。

### ②自分で書く

平均的には、6歳で小学校に入学することをきっかけとして、文字を覚え、次第に生活表現をすることを覚える。

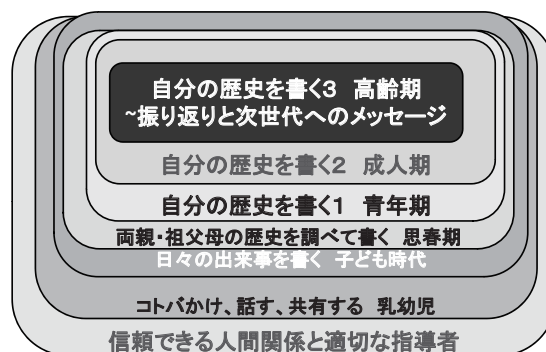
#### i) 小学校低学年、中学年～日々の出来事を書く、物語の感想が書ける～

小学校低学年では、「絵日記」を書くことができるようになる。作文では、日々のことを簡単に書くことができるようになる。中学年になると、自分のことから離れて、家族のことや、物語の感想をかき、家族や学校その他の場で共有できるようになる。

#### ii) 思春期から青年期～自分の歴史、両親、祖父母の歴史を書く～

思春期から青年期になると、自分を一個の独立した人格として考えられるようになるので、両親や祖父母の歴史を聞いて書くことができるようになる。自分に関わる人々を、自分とは距離をおいてとらえることは、自分自身をとらえる作業をする上で重要である。また、身体的変化や恋愛、進路選択に直面することを通じて、自分自身に関心が湧き、自分の歴史を書くことができるようになる。

## 自分史の書き方と年齢



自分の歴史を開く方法にもさまざまな方法がある。自分自身を書く場合に、自分の両親、祖父母から、3代にわたって描く方法もある。この場合には、時代の変遷がよく見える。また、祖父母4人のことを書くことができる場合には、いくつかの異なった文化を描くことができる可能性がある。

私自身、1970年の大学2年生の時に、小沢有作先生から「両親と朝鮮人とのかかわりについて書いてくように」という宿題が出されて、父親にインタビューしたのをきっかけに幾通りかの自分史を書いたり、東京都立大学でゼミを持っていた時代に「自己形成史」を書くことを学生たちの課題として3年間実践したり、長野県青年団で数年間にわたって自己形成史を書く取組を行ったこともある。

## 《「最近気になること」を軸とする自分史の書き方の一例》

ここでは、法政大学の「社会教育演習（通称「笹川ゼミ」）」で2000年以来12年間にわたって行っている「自分史」の方法について述べる。それは、「最近気になること」を軸に書く方法である。

### a) 5つの問い

この方法では、最初に「5つの問い」を出す。それは、

- ①最近、気になっていることは何か？
- ②いつから気になっているのか？
- ③どうして気になっているのか？
- ④それを、どうしたいのか？
- ⑤そのようになる兆候はどこにあるか？

という5つである。

### b) メモに基づく、信頼できる集団での話し合い

学生は、①この5つの問いに対するメモを書いて、②信頼できる人々の間で話す。これは通常ゼミの後期合宿である、10月上旬に行う。ゼミのさまざまな共同作業を通じて、この時期までにある程度信頼関係が作られているからである。そこで、一人一人がメモを提示しながら、説明する。他の学生たちは、③質問、コメントをする。さまざまなやり取りが続き、学生たちは親しさを増すが、必ずしも十分率直になっている訳でもない。

### c) 文章に起こし、面談し、調べて書く

合宿後、学生は、話し合いに基づいて、④文章を起こす。その文章に基づき、私は、学生一人一人と面談する。一対一の場合もあるし、一人と面談しているときに、次の順番の学生が隣で聞いていることもある。そのどちらがよいかは、学生たちが判断する。

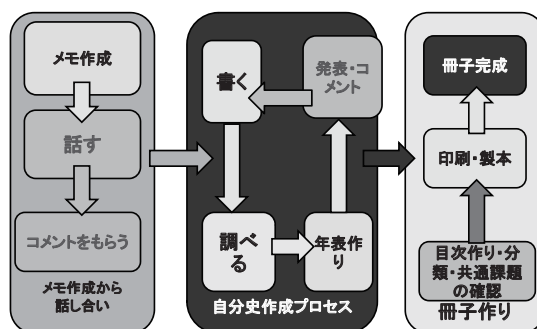
この面談の過程は一種のカウンセリングで、学生が言いたいこと、言いたくはあるが言えないことをほぐし、引き出していく。とくに自己肯定感が薄い学生の場合は、ポジティブな側面を、学生のそれまでの人生の中から引き出していく。この時涙になることもあるし、笑顔になることもあるが、いずれの場合にもさっぱりした表情になることが多い。涙には、悲しみや苦しみが込められていることもあり、また、ずっと心の奥底にしまって封印しておいたことが言えた嬉しさが込められていることもある。

### d) インタビューや資料で関連事項を調べ、年表を作る

面談を通して、自分が気になっていたことは自分のことだけでは完結しないことを改めて思つく。そこで、面談後に学生は、⑤関連する事柄を調べて書く作業を行う。両親・祖父母の影響、地域の影響、友人や恋人の影響、学校教員やさまざまな指導者の影響などが、

「気になること」と関連していることが多い。社会人学生の場合は、職場や配偶者、子供たちも関連してくる。調べる材料は、インタビューや昔の日記などであることが多い。場合によると戸籍謄本、町史や社史なども必要になる。また、自分一身の事柄に、ぐっとのめり込んでいくこともあるので、時代性や地域性を忘れないように、⑥年表を作る作業を併せて行う。時代状況を知るための素材として岩波書店の『近代日本総合年表』などを使う。

## 自分史学習の流れ



### e) 信頼できる人の中で発表し、作業サイクルを継続する

一定の作業が進んだところで、書いた文章の概略を、⑦信頼感が醸成されている、ゼミの人々の間で発表し、質問・コメントを受けて、答える。⑧また共通課題が浮かび上がることが多いので、それらについて、整理して意見交換する。

その後は、④～⑧のサイクルを時間のある限り繰り返す。

### f) 共通に浮かび上がる青年期固有の課題

学生たちが書く中で、共通に浮かび上がってくるのは、①進路選択：学校、職業、②恋愛、結婚…、③趣味、気晴らしの世界、④両親との関係や家族のこと、「親離れ、子離れ」と自律・自立、両親の離婚などである。

### g) 言語化すること、しないこと

学生たちが書く自分史は適当なところで、適当なところで、印刷・製本工程に入れる。その際に悩むのは、どこまでを印刷するかである。

叙述することは葛藤を伴う。自分が知らなかった、新しい事実を発見することもあるし、自分の内面、つまり自分や自分に関わる事柄についての認識を整理する喜びもあるし苦しみもある。文体は、「まえがき」と「あとがき」以外は、事実のみを書く文体にする。当時思ったことは過去の事実として書いてもよいが、過去のことについての現在の感想は、極力書かない。それだけに、言い訳はしにくく、事実と向き合うことになるからである。



何を書くか、何を書かないか、どう配列するか、そういう葛藤がコア・コンピテンスを鍛える。だから、「書かないこと、書けないことがあってもよい」と、私は学生たちに言っている。

「感じるが言語化しないこと」があってもよい。「内言化するが、外言化しないこと」があってもよい。「外言化するが、書かないこと」があってもよい。

#### h) 自分バージョン、指導者バージョン、みんなバージョン

「文字化するが人には見せない《自分バージョン》」があって、当然である。

「指導者には見せるが、多くの人には見せない《指導者バージョン》」があってもよい。

「仲間には見せるが一般には公開しない《仲間バージョン》」もあるべきだ。

「一般公開しても良い《公開バージョン》」もあった方がよい。なぜなら、大勢の人に言えるところもあって、奥深さを持ちながらも、開放的に、自己肯定できるからだ。

#### i) 「修了式」のさっぱりした笑顔と涙

毎年1月末もしくは2月最初に「笹川ゼミ（社会教育演習）修了式」を行う。

そこに向けて、通常だと自分たちで『レポート集No3』を作成する。表題をつけ、写真を張り込み、自分史と一年間のまとめを収録する。また、合宿やゼミの場面を一年間撮りためた、写真や動画を編集し、BGMと字幕やナレーションを入れて、DVDアルバムを作る。そして、一人一人にコメントを付けた、「修了証書」を渡す。

自分史を書き終えた、この時の学生たちは、誰もがさっぱりとした素敵な笑顔になっている。自分自身や自分に関わる人たちの歴史を知り、自分がどんなふう生きてきたのか、「自己」というものがどう形成されたのか、自分が気になっていたことに関わって、深層心理と対話する。同時に時代を感じ取り、時代の中で生きる視点をぼんやりと持ち始める。ときには、自分が課題としていることについて、本を読み、マクロな眼での解決策を探る作業に踏み込む場合もあるが、必ずしも十分でないのが率直に言って実情である。

その意味では、コンピテンスが豊かになったかどうかは断定できない。ただ、自分の世界と自分の外の世界が断絶しがちで、「自分は自分、世界は世界」になりがちに時に、少なくとも、自分が両親祖父母を始め、友人や先生たちと繋がって今の自分があることの確認は、コア・コンピテンスを豊かにする入口まで行ったということになるかもしれない。

#### 《自分史の心理・認識過程～「さっぱりとした素敵な笑顔」の秘密～》

以上のことをあえて整理すれば、次のようになる。

a) 学生たちの「この頃気になること」には、大人になることへの期待と不安が混じり合っており、そこには、進路選択、恋愛・結婚・友人・おしゃれ・趣味・気晴らし、親離れ・子離れという、青年期特有の課題が反映しており、その「青年期特有の課題を意識する過程」である。

b) そのことを、調べながら、思い出し、書くことによって、感動したり落胆したりという感情の揺れを含めて、自分自身の人生を発見し、悩み考える。それは「自分の人生の意味づけと意味づけなおしの過程」である。

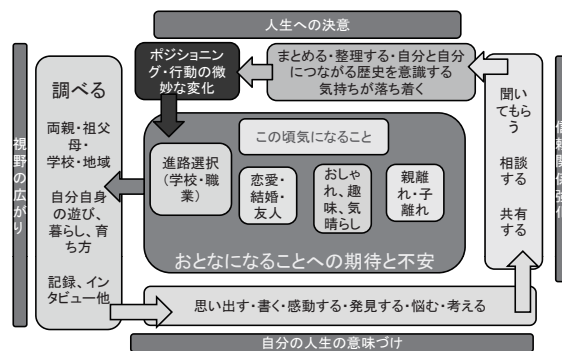
c) そのことを、信頼できる人に聞いてもらい、相談し、他の人のことも聞いて、共有・共感する。それは、「他の人々との信頼関係強化の過程」であり、自分自身もその関係性の中に身を置こうと決意する過程でもある。

d) そのことを、文章としてまとめ、整理し、自分と自分につながる歴史を意識することによって、動揺の後に気持ちが落ち着いていく。それは、「人生への決意の過程」であり、他の人々、社会や自然の中でのポジショニング・行動の微妙な変化として反映する。

e) そして、改めて、両親・祖父母、学校や地域、自分自身の遊びや暮らし、育ち方を、インタビューや記録、年表などを使って調べ整理する。それは、「視野の広がり」の過程である。

こうして最初は、漠然と、「この頃気になること」を考えてみたところから、「青年期特有の課題を意識する過程」「自分の人生の意味づけと意味づけなおしの過程」「他の人々との信頼関係強化の過程」「人生への決意の過程」によるポジショニング・行動の変化の過程「視野の広がり」の過程」という5つの過程を経て、またそのサイクルを自分自身で回すことを覚えて、「さっぱりとした素敵な笑顔」が生まれるのである。

#### 自分史の心理・認識過程



#### iii) 成人期の場合

成人期の場合も、「この頃気になること」から入っ



ていいように考えられる。ただ、書くタイミングはいつでもいいが、結果的には、「生活の変化の節目で書く」ことが多いように見える。そして扱うトピックも、青年期の場合とはいくらか様相が違う。成人期の場合には、「社内異動、転職、失業、メンタルヘルス…」「離婚・再婚」「子育て一段落…」「退職、再就職…」などが登場する。

#### iv) 高齢期の場合

高齢期の場合には、「人生をつらつらと書く」方式に変化する方がよいだろう。そこでは、

##### ①子ども時代：

・生まれ育った所、両親・祖父母・親類友達、子ども時代の思い出…

##### ②思春期から青年期へ：

・初恋・恋愛、進路・職業選択、クラブ活動、社会活動、趣味、反抗期…

##### ③成人期：

・結婚・子育て・家族の変化、職業生活、趣味、友人関係、市民活動…

##### ④高齢期：

・退職、家族の変化、趣味、友人関係の変化、市民活動

・残りの人生でしておきたいこと

・死後の世界のイメージ

・次世代へのメッセージ

・現時点で、思うこと

等がトピックになる傾向がある。

### (3) 仲間と指導者、冊子作りによる共有～自分史の描き方②

自分史は、コア・コンピテンスを豊かにするうえで、有効な学習方法のツールである。しかし、それはあくまで、一人で書く、あるいは、信頼できる仲間関係の中で書くことが前提である。したがって、日ごろからの仲間作りが大事である。

また、信頼でき、経験のある指導者の下で書くことも大事である。そうでないと、ただプライバシーを暴かれて、傷が深くなってお終いということにもなりかねない。少なくとも、自分史の目的、理念、方法につ

いて知り、自分自身で書くこと、指導することの経験がある指導者の下で書くこと。そのためには、指導者養成が必要である。

また、書かれた自分史を共有するために冊子を作り仲間間で共有することも大事。その際の、「仲間バージョン」作成にともなう葛藤が、コア・コンピテンスを鍛える。冊子作りを通して、互いにコメントし、共有する機会が増えることも大事。目次作り、冊子の構成などにより、共通の課題や悩みに気づくので、編集作業も効果がある。そして、冊子は原則として仲間の中でのみ共有することで、安心感がでる。

## 4. 日本における自分史学習の歴史的、文化的背景

現在世界では、“Guided Autobiography”など、アメリカ、カナダ、シンガポールなどで、自分史を書くことが始まっているが、日本で書かれているほど行われているようではない。日本には、自分史を育てる土壌があるように見える。それは次のようなものである。

①短歌、俳句、狂歌、川柳などの「短詩」の伝統

②落語、読本、滑稽本などの庶民の物語作品の伝統

③学校における「綴り方」教育、「作文教育」の伝統

④青年、大人による生活表現の伝統；

「生活雑記」「村の生活記録」「おとなの綴り方」

「自己形成史」「生活史」「自分史」

⑤域史、家族史、学校史、社史などの伝統

日本における自分史学習は、これらの伝統を受け継いで、個人と個人→私たち、私たちと社会システム、世代から世代へ、人間と生態系を視野に入れ、具体的な関係性を問い、調べ、議論し表現することによって、コア・コンピテンス、キー・コンピテンスを豊かにして、社会と地球の生態系再構築に寄与する、学習方法、自己教育の方法である。

それは、個人を基礎とした全体性の回復であり、個人主義の長所を生かし、個人主義によって劣化した心理と現実を回復する効果を持つ。人々が現実の関係性を適切に、意識に反映し、自律的・協働的・双方向的な行動と対話を可能にする「内的な世界」「認識システム」「リテラシーシステム」「心理システム」の再構築の一角を形成するものである。