

## 2025 年度 ジャンプスタート週間 「自己の探求」レポート

学務部 溝井浩

4 月初旬の二日間、(株) ラーニングバリューが提供するチームビルディング研修「自己の探求」を実施した。〇〇学科、△△学科、☆☆学科、★★学科の新入生が「自己の探求」を体験した。〇〇学科のみ 2 日のプログラムを体験した。

ここでは、「自己の探求」を体験した学生たちの変化を、事前・事後に実施したアンケートの回答から読み取り、分析を加える。

### 「自己の探求」について

北森義明氏が開発した集中ワークショップ「自己の探求」では、参加者は「今、ここ」での活動と内省を繰り返しながら、以下の 3 つの柱を探求する。

1. 自己理解

自身の強みや価値観、学習スタイルを深く認識し、自信と主体性を醸成する。

2. 相互理解

他者の特性や視点を理解し、円滑なコミュニケーションと信頼関係を築く。

3. 目標統合

個人の目標と組織（学校・企業）の目標を連動させ、チーム内での協働と高いパフォーマンスを実現する。

プログラムは、Kolb の体験学習サイクル（Do → Look → Think → Plan → Do）やグループダイナミクス理論を基盤とし、多様な演習（学習スタイル診断、総当たりインタビュー、合意形成ワーク等）を通じて自己認識とチーム力の向上を体系的に支援する。

大学入学直後の学生に「自己の探求」を実施する目論見(意図) は、単なるオリエンテーションやスキル習得ではなく、学生の内発的動機と関係性への感受性を喚起し、「学ぶ主体」としての土台を形成することにある。北森義明氏の理論と実践に照らすと、以下のような多層的な効果が期待できる。

### 1. 環境変化に伴う「自己の揺らぎ」への応答

大学入学は、家庭・地元・旧友といった「安定した関係性の場」を離れ、新しい人間関係・学習文脈・自由度の高い環境に置かれるタイミングである。そのため学生は、自分が「どんな人間か」「何を価値とするのか」が見えにくくなり、アイデンティティの揺らぎを経験する。「自己の探求」は、この不安定さを否定せず、探索の起点として活かす。

## 2. 自己理解と相互理解による関係の土壌づくり

北森氏の実践では、「自己と他者は相互に映し鏡である」という視点が根底にある。

- 自分の価値観・強み・行動傾向を見つめる (Look)
- 他者の視点やフィードバックを受ける (Think)
- 関係性の中で行動し試す (Do)

この循環を通じて、単なる「友達づくり」ではなく、相互に支え合い、学び合う関係性の基礎を築く。

## 3. 学習の主体化 受け身から能動へ

高校までの受動的な学習から、大学では自ら問いを立て、協働し、学びを編む必要がある。

→ 自己の探求では、

- 「自分がどう学ぶか (学習スタイル)」を知る
- 「どんなときに集中するか」「人とどう関わるか」を内省する

こうした内的探求が、学びの主体者としての自覚を育む。

## 4. 「個」だけでなく「場」をつくる起点として

北森氏は「個の発達」と「集団の力学」は相補的であり、教育は『場』をいかに設計するかにかかっていると考える。

自己の探求は、個人の内面への働きかけでありながら、

- 相互インタビュー
- チームでの演習
- 感情の共有

などを通じて、「信頼し合い、問いかけ合う場」を同時に立ち上げていく。

## まとめ 実施の目論見 (意図)

「大学で学ぶ」という行為を、制度的・教科的にではなく、自己と他者と世界をつなぐ「探求」として再定義することが最大の目論見である。

## アンケート項目

学生たちには、受講前と受講後に以下の 17 個の質問項目に回答してもらった。回答方法は 5 段階 (リッカート指数) である。

- (1)自分から物事に進んで取り組む姿勢／主体性
- (2)周囲に対して働きかけ、影響を与える力／働きかけ力
- (3)課題達成にむけて確実に行動する力／実行力
- (4)現状を分析し、目的や課題を明らかにする力／課題発見力
- (5)課題解決への道筋を考え、準備する力／計画力
- (6)新しい価値や考え方を生み出す力／創造力
- (7)自分の意見を分かりやすく伝える力／発信力
- (8)相手の意見をじっくりと聴き、相手の意見を引き出す力／傾聴力
- (9)自分の意見や立場にこだわり過ぎない姿勢／柔軟性
- (10)自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力／状況把握力
- (11)社会のルールや人との約束を守ろうとする姿勢／規律性
- (12)ストレスの発生源に対応する力／ストレスコントロール力
- (13)なんにでも興味・関心をもつ姿勢／好奇心
- (14)根気強くあきらめずにやりとげるしつこさ／持続力
- (15)うまく行かなくてもめげない姿勢／楽観性
- (16)失敗を恐れずにチャレンジする姿勢／リスク・テイキング
- (17)自分に対する自信

また、事前には以下の自由記述による質問をしている。

- Q1.大学生になるにあたって、やってみたいこと、期待していることは何ですか？
- Q2.逆に、不安に感じていることは何ですか？
- Q3.受講するにあたっての現在のお気持ちを、率直にお聞かせください。(どのようなことでも結構です)

さらに、事後には以下のように5段階で回答したあと、理由を自由記述で回答する質問を加えている。

- Q1.あなたはこのプログラムに期待していましたか？  
それはどうしてですか？
- Q2.あなたはこのプログラムに満足しましたか？  
それはどうしてですか？
- Q3.あなたはこのプログラムを受け、自分自身に対して、新たな発見がありましたか？それはどのような点ですか？
- Q4.あなたはこのプログラムを受け、「相手のことを知る」ことに変化がありましたか？それはどのような点ですか？

Q5.あなたはこのプログラムで、グループのメンバーに自分のことをわかってもらえましたか？

どのような点ですか？

Q6.あなたはこのプログラムを受け、授業への取り組み姿勢に変化がおきそうですか？どのような変化ですか？

Q7.あなたはこのプログラムを受け、今後の学生生活に変化がおきそうですか？

どのような変化ですか？

Q9.このプログラムの講師について感じたことを、自由にお書きください。

Q10. 最後に、このプログラムについて感じたこと、気づいた点などを自由にお書きください。

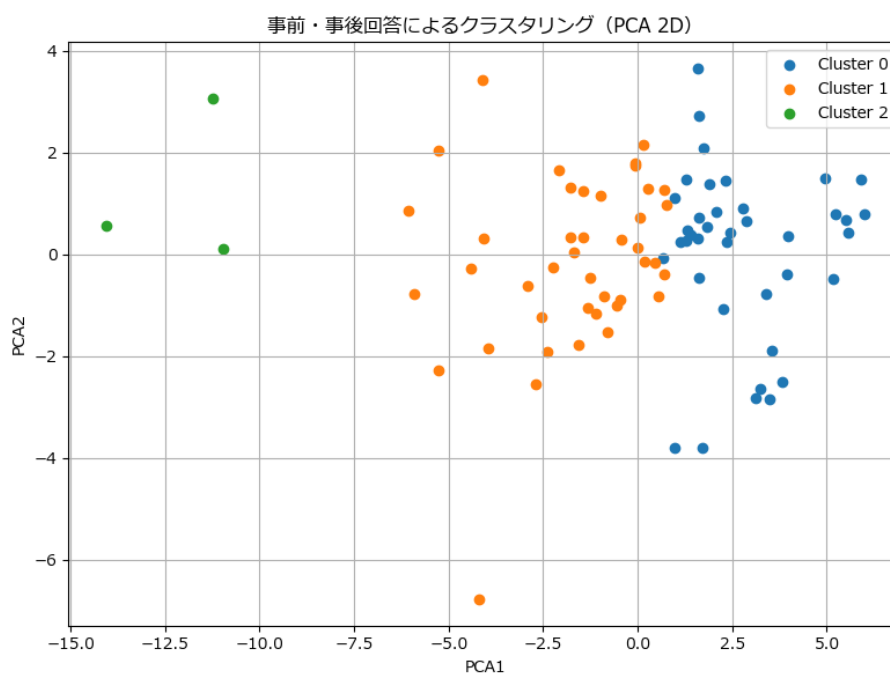
## 〇〇学科の分析

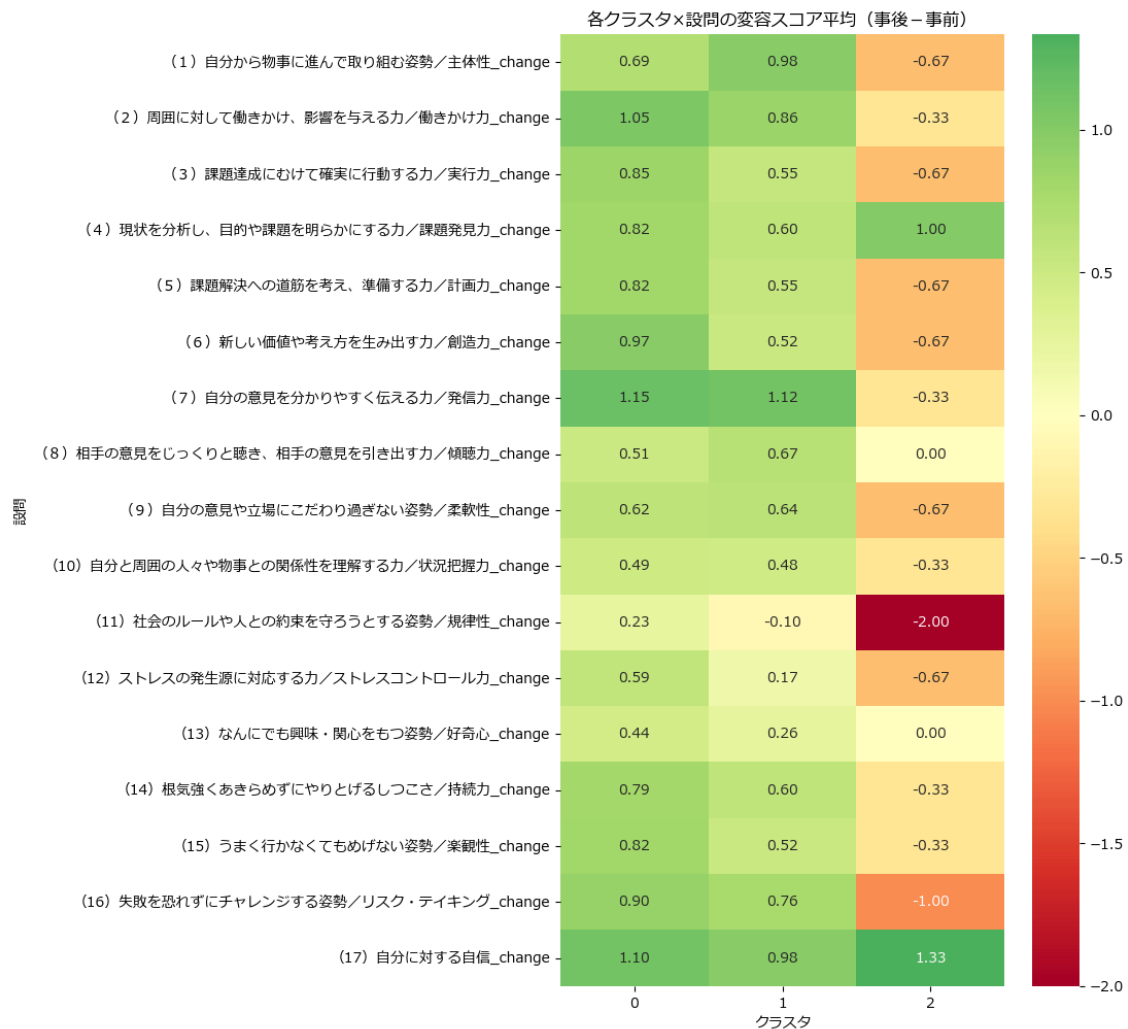
### 1. 共通の 17 項目の質問から事前・事後の変化を読み取る

事前・事後での 17 項目のアンケート回答の変化についてクラスタリング分析を行うと、下図のように 3 つのグループに分かれることが分かる。

クラスタごとの人数は、Cluster 0 (39 名)、Cluster 1 (42 名)、Cluster 2 (3 名)であった。

クラスタごとに、事前・事後で 17 項目についてどのような変化が見られたかをヒートマップにしたものが次ページの図である。





クラスごとの特徴は次のようになる。

#### クラス 0 高い自己変容と能力向上を示す学生

- ・ 事前・事後ともにスコアが高く、特に事後にはさらに向上
- ・ 自己理解と行動変容のバランスが取れた理想的な学習者
- ・ 北森義明の理論から見ると、自己理解・相互理解・目標統合が三位一体で促進されており、チームビルディングの好循環が見られる学生群

#### クラス 1 中程度の自己理解・実行力を持つ学生

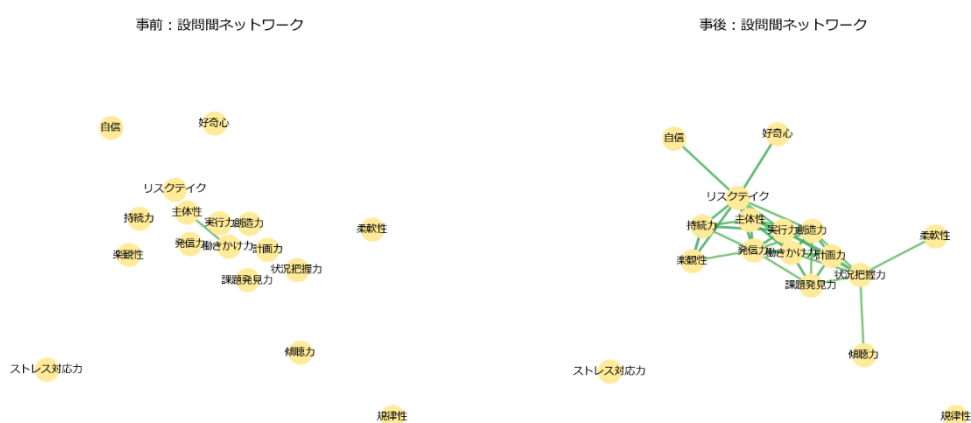
- ・ 一部の能力は事後に向上しているが、全体としては中庸
- ・ 変化への準備はあるが、自信や関与は限定的
- ・ 北森の視点で言えば、「自己理解」はある程度進んでいるものの、「相互理解」「目標統合」にまだ到達していない段階であり、導入支援が有効な学生群

## クラスタ2 自己評価が著しく低く、変容も見られない層

- ・ほとんどの項目で1～2点台、事後でも改善が見られない
- ・成長プロセスへのエンゲージメントが極めて低い可能性
- ・この群は、「自己の探求」が始まっておらず、学習動機や関与感も乏しいと想定される。

北森のいう“今・ここ”の体験に意識が向く仕掛けや、他者との相互作用の導入が必要

下図は、17の設問項目のネットワーク構造を事前（左）と事後（右）で比較したものである。ノードは各設問項目（例：「主体性」「実行力」など）、エッジは項目間の相関や結びつきの強さを示していると解釈される。



## 全体構造の変化 孤立から有機的ネットワークへ

- ・ 事前（左）
  - 多くの項目がバラバラに存在し、つながりが乏しい。
  - 特に「自信」「好奇心」「ストレス対応力」「規律性」などは孤立しており、他の項目と認知的に結びついていない。
  - 学生が各項目を別々の資質・能力として捉えていた可能性。
- ・ 事後（右）
  - 中央に主体性・実行力・リスクテイク・働きかけ力・課題発見力が集まり、強く連結している。
  - 学生がこれらの能力を相互に関連する“まとまり”として理解・体感した証左。

**解釈** 「体験学習」を通じて、点在していた資質が“意味のあるつながり”として構造化された。これは北森のいう「今・ここ」での気づきが、内的認知ネットワークの再構築を促したことを示唆する。

## 中核的ノードの形成 成長のハブとなる資質

- 中央に集まるノード群
  - 主体性
  - 実行力／創造力
  - 働きかけ力／発信力
  - 計画力・課題発見力
  - リスクテイキング

これらは、行動・認識・関係性の交差点にある資質であり、北森が定義する「自己理解」「相互理解」「目標統合」の三つの柱を支える中核でもある。これらの資質がハブ化していることは、学生が“個別の能力”ではなく、“チームや状況との関係の中での自己”として認識を深めた結果といえる。

## 自己関連項目の接続の進展

- 「自信」「好奇心」「持続力」「楽観性」などの自己概念や内的資源が、事後にはネットワークに取り込まれている。
- 特に「自信」は「主体性」や「リスクテイク」と結びついており、挑戦と自己効力感の相互強化が示唆される。

これは、「自己の探求」プログラムで促される「自己理解→自己肯定→行動の自発化」のプロセスと合致する。

## まだ未連結の項目も存在

- 「ストレス対応力」「規律性」は、依然として孤立。
- これらは自己制御・自己管理の側面であり、短期間の体験型学習では表面化しづらい可能性。

今後の支援では、「内的規律」や「感情のマネジメント」への接続を意図的に設計することで、より統合的な人格形成に向かうと考えられる。

まとめ このネットワーク図が示す教育的意義

観点	事前	事後	北森義明の理論との関連
構造的性	分散的・孤立	有機的・集中的	統合性＝目標統合の基盤
自己理解	弱い	高まっている	自己概念の結節点が形成
相互理解	表れづらい	能動的な項目の結びつきが鍵	主体性と働きかけ力の強化
教育的介入の効果	個別理解にとどまる	構造的変化が明確	「今・ここ」の体験学習の成果

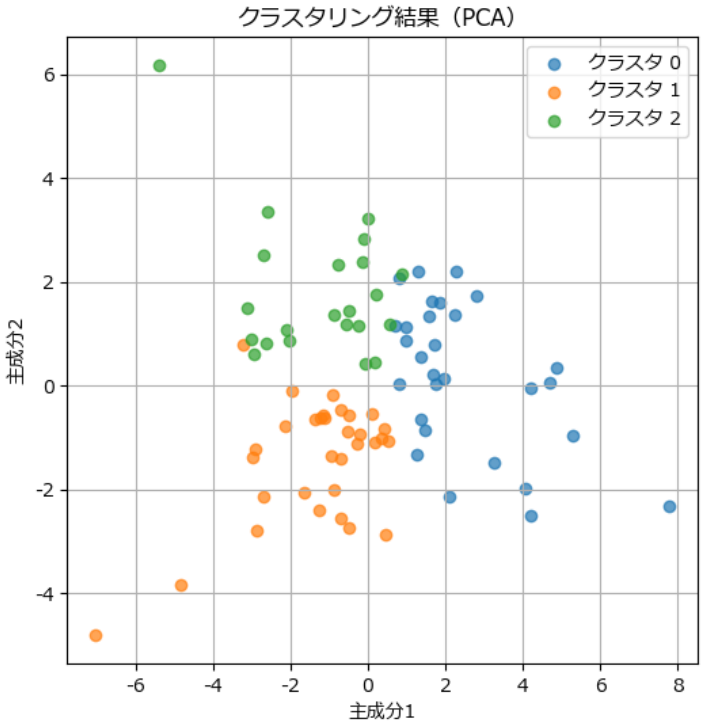
2. 共通の 17 項目の質問から事前・事後の変化に加え事後の 7 項目の質問との関係

17+7 項目でクラスタ分析をした図を下に示す。この場合も、3 つのクラスタに分類できることが分かる。この 3 クラスタは前出の 3 クラスタとは一致しない。

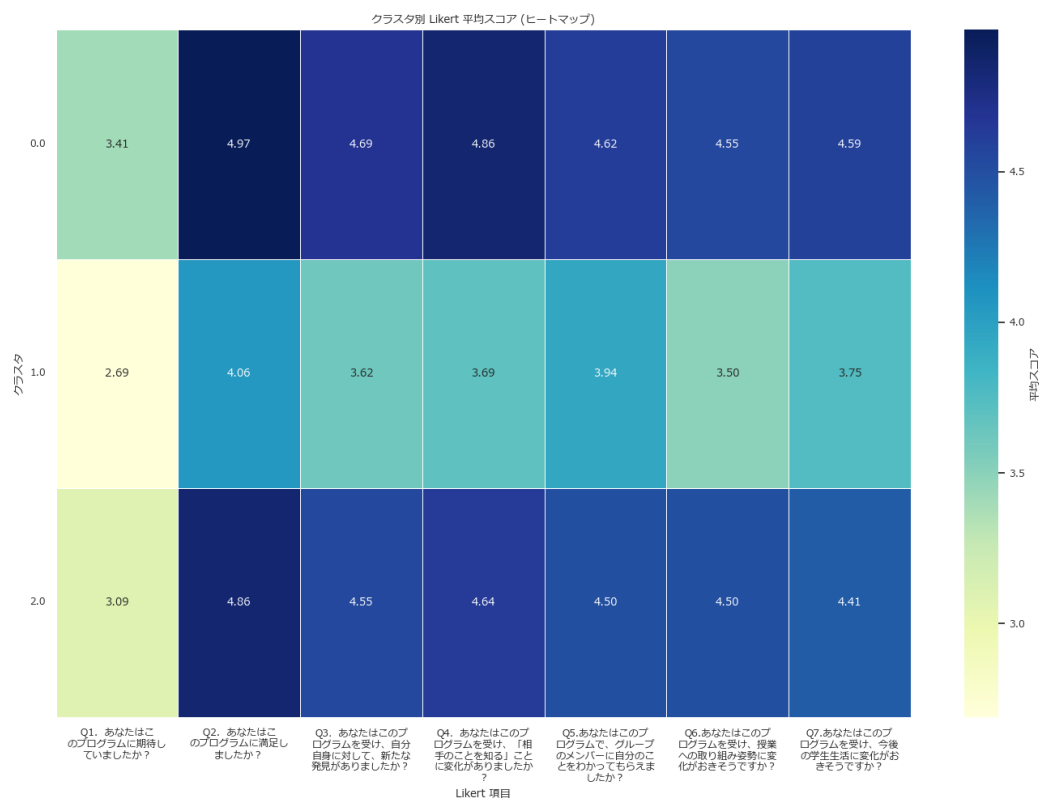
クラスタ 0 (29 名)、クラスタ 1 (32 名)、クラスタ 2 (22 名)であった。

各クラスタと、事後の 7 項目の質問との相関をヒートマップにしたものを次ページに示す。

それぞれのクラスタの特徴を、北森義明の理論に基づき解釈を加える。







## クラス 0 自律的に高い変容を遂げた「内省・統合型」学生群

観点	特徴
Q2, Q3, Q4, Q5, Q6, Q7	いずれも 4.5～4.9 の非常に高い評価。
Q1 (関与)	3.41 と他よりやや低めだが、全体として高評価群。
解釈	プログラム中の「自覚」や「内的気づき」を通して、自己認知と他者理解が深まり、それが将来的な変化への意欲に結びついている。

- 「自己理解」と「目標統合」が密接に結びついた群。
- “気づき”を得た後に、それを自らの行動や将来像と結びつける内的プロセスが強く働いている。
- 他者と自分の接点から、自己の再定義がなされたと見られる。

**クラスタ 1** 限定的な関与と変化にとどまった「受動的経験者」層

観点	特徴
全体スコア	すべての項目が 3.5～4.0 以下。中程度またはやや低め。
Q1（関与）	2.69 と最も低い。
Q3（気づき）・Q5（フィードバック）	3.6～3.9 にとどまり、他者や内容との相互作用が限定的。

- ・ プログラムに対して「表面的な参加」にとどまり、深い内省や将来への意識変容には至らなかった。
- ・ 外的動機づけに依存しやすく、自己探求の回路が十分に開かれていない段階。
- ・ 「自己理解」→「相互理解」へ進む過程で停滞。
- ・ 関与の低さが、気づきや自己再構成の不足につながっている。
- ・ 支援が必要な「準備期の学習者」。

**クラスタ 2** 高い関与と実感を持った「他者との統合志向型」群

観点	特徴
Q2～Q7	クラスタ 0 に次いで非常に高い（4.4～4.8）。
Q1（関与）	3.09 とクラスタ 1 より高いが 0 より低め。
Q5（他者からのフィードバック）・Q6（授業への影響）	4.50 と非常に高い。

- ・ 他者からの影響や共同行為において、「相互理解」や「目標の共有」が進んだグループ。
- ・ “対話”や“グループ内での役割認識”を通じて自己のあり方を形成したプロセスがうかがえる。
- ・ 関係性を通じた変容型学習者。

## まとめ クラスターの類型化と支援の方向性

クラスター	類型	主な特性	支援の方向性
0	自己統合型	高い内省力・主体的変容	社会的実践との接続（リーダー役割）
1	表面的参加型	関与・変容ともに限定的	小さな成功体験の積み重ね支援
2	相互変容型	他者との関わりで変容	関係性の質の深化と自己認識の統合

## 2. 17+7 項目の質問と自由記述との関係

クラスターごとの自由記述（事後）の語彙・文脈・感情表出の傾向分析である。北森義明の理論に基づきながら、それぞれの層がどのような内的意味づけや学習プロセスを経たかを考察する。

### クラスター0 ポジティブかつ統合的な意味づけが多い層

#### キーワード傾向

- ・ 「コミュニケーション」「価値観」「友達」「つながり」「新しい交流」
- ・ 「自信」「視野が広がった」「続けてほしい」

#### 文脈の特徴

- ・ 複数の経験（人・場・自己）を統合して記述しており、「つながり」や「再定義」が随所に見られる。
- ・ 体験が内省に結びついており、「意味の構築」が進んでいる。

#### 感情のトーン

- ・ 「楽しかった」「ありがたかった」「自分を知れた」など、ポジティブ感情の表出が豊か。
- ・ 成果への喜びだけでなく、「次もやりたい」という将来志向も強い。

自己理解・相互理解・目標統合の3軸が揃い、「意味のある学習経験」として内在化されていることがうかがえる。関係性の中での自己再構築が進行している。

### クラスター1 部分的な変化と未消化の混在する層

#### キーワード傾向

- ・ 「意見を発信」「自分から動く」「考え方が変わった」「普段と違う」「不安だった」

#### 文脈の特徴

- ・ 気づきはあるものの、断片的・単発的な記述が多く、全体としての物語性は希薄。
- ・ 行動変容や認知変容は起きているが、まだ統合や深い意味づけには至っていない。

#### 感情のトーン

- ・ 「気づいた」「変わった」といった客観的・報告的表現が多く、内面的な感情表現は少ない。
- ・ プログラムの改善点（終了時間など）への言及もあり、体験の“消費的側面”が残る。

「気づきの扉は開かれているが、自己変容には至っていない」段階。自己理解から相互理解・目標統合に向けた中間的フェーズの学生であり、構造的支援が求められる。

## クラスタ 2 内省の浅さと自己防衛が強く見られる層

### キーワード傾向

- ・ 「意見を言えない」「苦手」「どうしようもない」

### 文脈の特徴

- ・ 自己否定的または閉塞的な語り。
- ・ 他者や環境への働きかけや意味づけがほとんど見られず、「反応止まり」の記述。

### 感情のトーン

- ・ ネガティブ感情が優位。「あきらめ」「拒絶」「閉鎖性」の兆し。
- ・ 記述量も極めて少なく、表現行動そのものに抑制が見られる。

「今・ここ」への意識が向いておらず、自己探求のプロセスが開かれていない状態。安全な関係性の中での自己表現の支援と、信頼を土台とした関与体験の設計が求められる。

## まとめ 自由記述にみる内的プロセスの深度

クラスタ	表現の傾向	学習の深まり	教育的介入の焦点
0	豊富で統合的	意味構築・自己再編成	社会実装や学外展開の支援
1	部分的で報告的	気づきレベル	体験の言語化と構造化支援
2	限定的・回避的	閉塞・低関与	自己表現と安心感の土台づくり

## △△学科の分析

### 1. 共通の 17 項目の質問から事前・事後の変化を読み取る

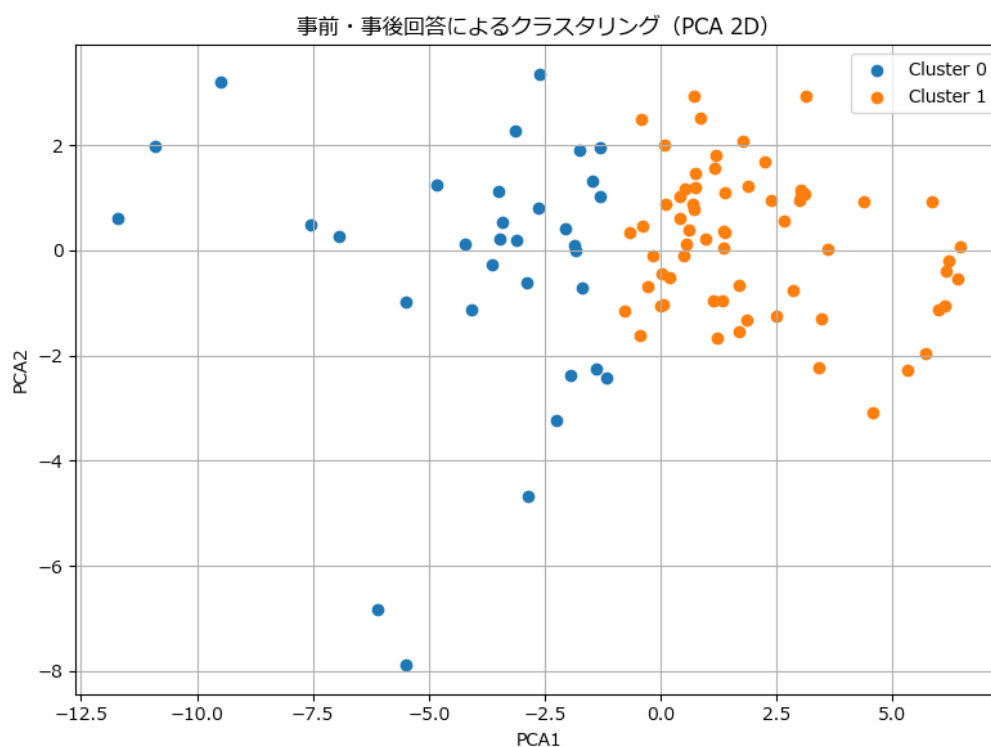
事前・事後での 17 項目のアンケート回答の変化についてクラスタリング分析を行うと、下図のように 2 つのグループに分かれることが分かる。

クラスタごとの人数は、Cluster 0 (33 名)、Cluster 1 (64 名)であった。

クラスタごとに、事前・事後で 17 項目についてどのような変化が見られたかをヒートマップにしたものが次ページの図である。

クラスタごとの特徴は次のようになる。

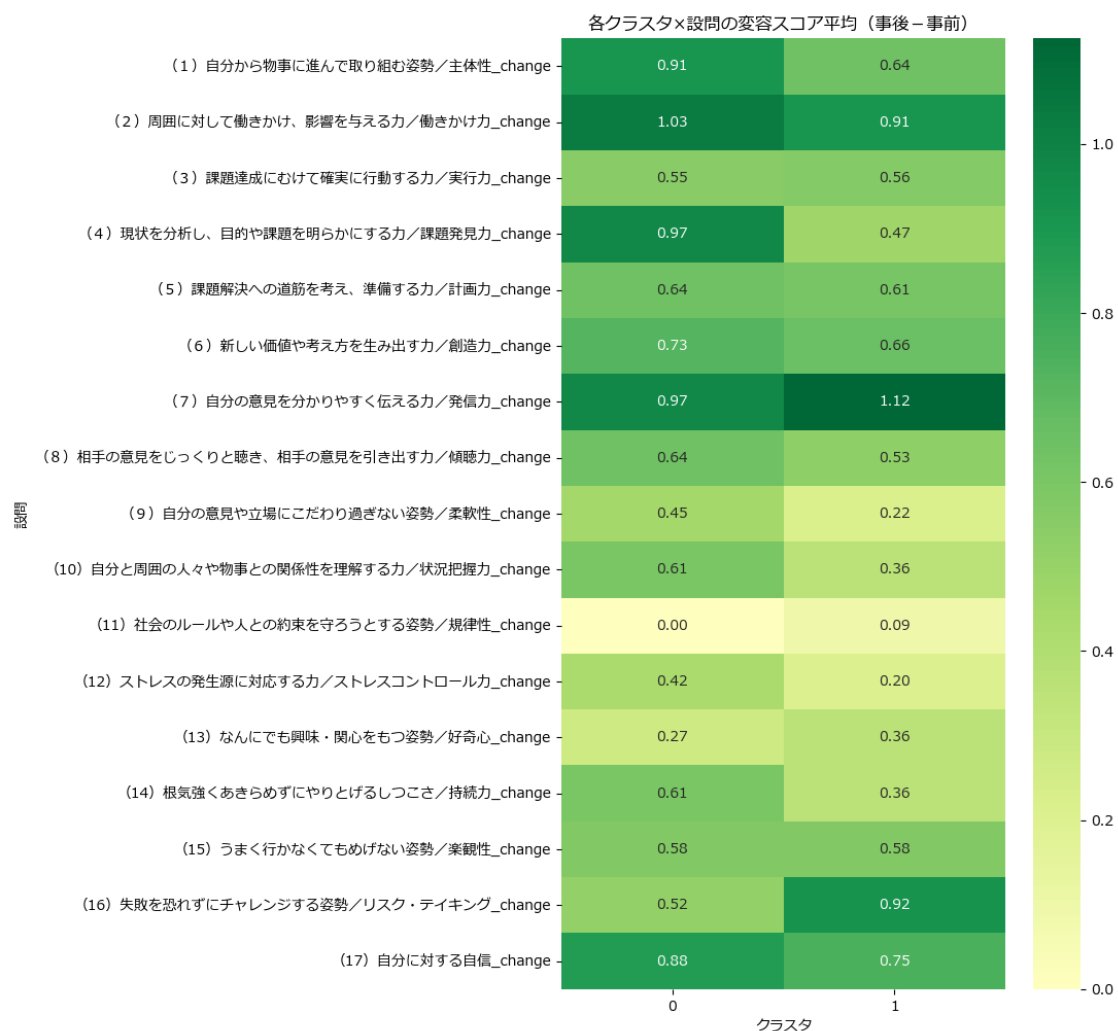
#### クラスタ 0 高い自己変容と能力向上を示す学生



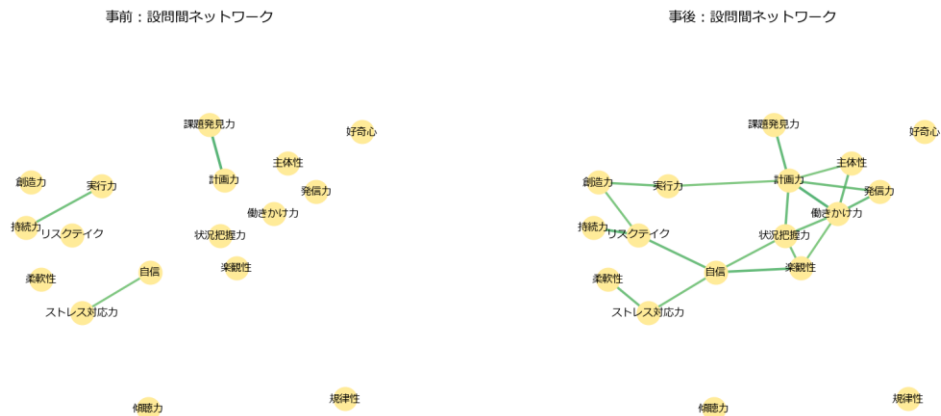
- ・数値的な変化が均一ではなく、ある特定領域で大きく伸びている
  - ・特に「対人関係」や「主体性」「協働志向」において明瞭な向上
  - ・「活きる組織の中核」として期待を寄せる、内発的動機によって変容を促進するタイプ。
- “自己が場を開き、他者との共鳴を生む”プロセスの最中にある。

#### クラスタ 1 変容が比較的小さい／停滞傾向のグループ

- ・全体として 変化が少ないか、局所的
- ・「協働」「主体性」などの項目で伸び悩みが確認される
- ・「安心・安全な場」の中で“これから自己を探しに出るべき人たち”。この層に対しては、リーダーやファシリテーターが「教えずに待つ」「小さな気づきを導く」ことが肝要。



次ページの図は、17の設問項目のネットワーク構造を事前（左）と事後（右）で比較したものである。ノードは各設問項目（例：「主体性」「実行力」など）、エッジは項目間の相関や結びつきの強さを示していると解釈される。



## 全体構造の変化 断片的認知から統合的構造へ

- 事前（左）
  - 多くの資質・能力項目が散在し、相互の関係が乏しい。
  - 特に「好奇心」「主体性」「傾聴力」「規律性」などはネットワークの外縁または孤立ノードとして存在。
  - 各能力が断片的に捉えられ、経験や意味と結びついていない状態。
- 事後（右）
  - 中央に「自信」「状況把握力」「実行力」「計画力」「発信力」などが集まり、複数のエッジで強く結ばれている。
  - 学生の中で、これらの力が相互に関連し合うまとまり（内的ネットワーク）として体感されてきたと推察。

**解釈** 北森が強調する「体験学習による自己探求」によって、能力が“点の集合”から“意味のある構造”へと変容したことを示唆する。これは、「今・ここ」での気づきが自己概念の再構成を導いた結果といえる。

## 中核的ノードの形成 行動と関係性の交差点

- 事後ネットワークの中心的ノード群
  - 自信（自己効力感の象徴）
  - 実行力／創造力
  - 働きかけ力／発信力
  - 計画力／課題発見力
  - 柔軟性／ストレス対応力主体性

これらは、「自己」・「他者」・「目標や状況」をつなぐ橋渡しの資質であり、北森が提唱する「自己理解」「相互理解」「目標統合」の三本柱を支える成長のハブとみなせる。能力を

“単独のスキル”ではなく、“自分の中の連携した資質”として捉えるようになったことが、ネットワーク構造に表れている。

### 自己関連項目の接続の進展

- ・ 「自信」「持続力」「リスクテイク」「柔軟性」「楽観性」など、内的自己を支える要素がネットワークの中に取り込まれている。
- ・ 特に「自信」が「ストレス対応力」「柔軟性」「状況把握力」とつながっており、自己調整的な行動の基盤としての自信が形成されつつある。

これは、北森の「自己理解→自己肯定→他者との関係性→統合」プロセスの初期から中期へ進んだ証左である。

### まだ未連結の項目も存在

- ・ 「規律性」「傾聴力」「好奇心」などは依然としてネットワークの外縁に位置し、他の資質との意味的連関が弱い。
- ・ 特に「規律性」は、内的規範やセルフコントロールに関わる資質であり、短期間の活動では変化が表れにくい特性をもつ。

今後の支援では、自己調整や内的動機づけに関わる項目群に対して、長期的・反復的な介入が必要。例：振り返りワーク、継続的目標設定、仲間からのフィードバック体制など。

まとめ このネットワーク図が示す教育的意義

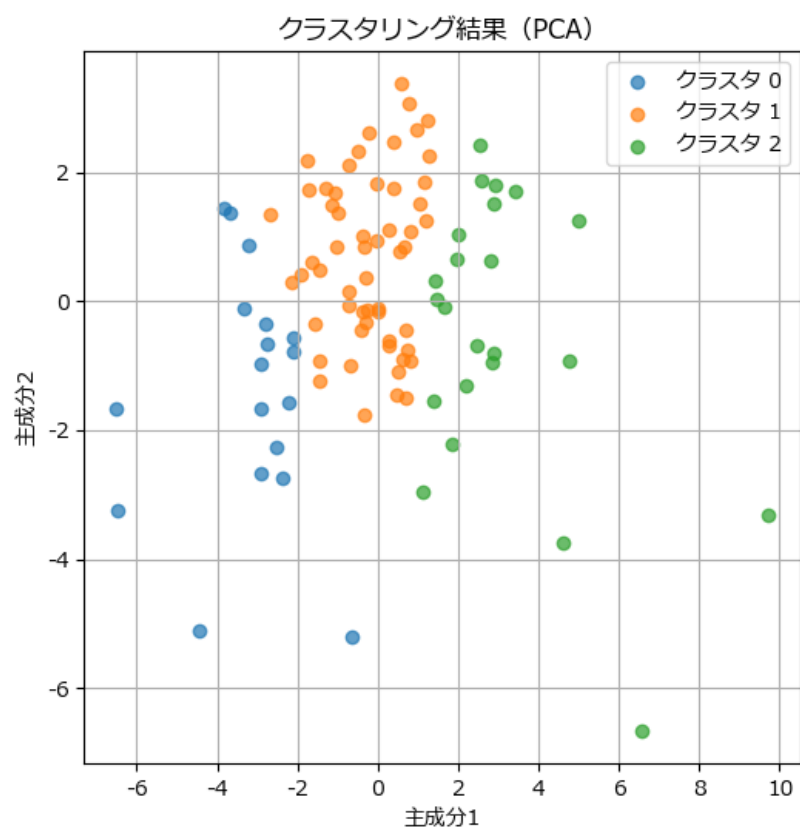
観点	事前	事後	北森義明の理論との関連
構造化	分散的・断片的	有機的・ネットワーク的	統合性＝目標統合の基盤
自己理解	各能力を別々に認識	資質間の相関を自覚し始めた	自己概念の構造化
相互理解・関係性の発達	他者との関連項目が孤立	働きかけ力・発信力が中心に浮上	関係志向的な自己への移行
教育的介入の効果	資質がバラバラのまま	能力群が関連づけられた	「今・ここ」の体験の成果

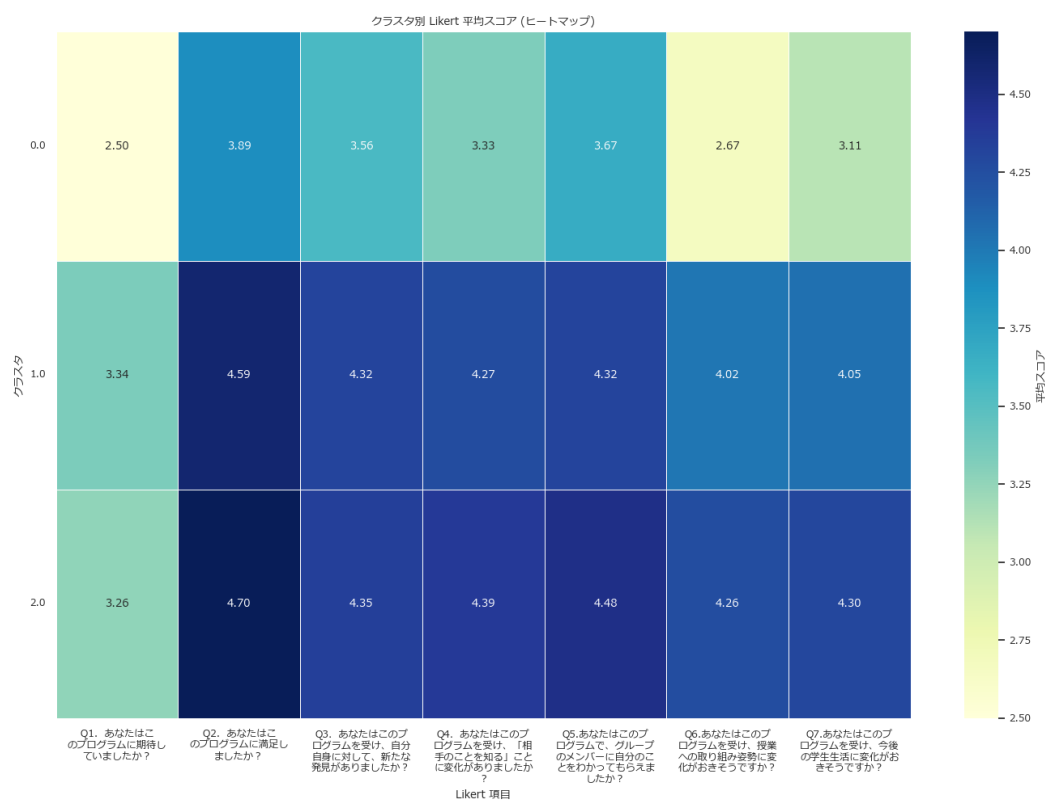
## 2. 共通の 17 項目の質問から事前・事後の変化に加え事後の 7 項目の質問との関係

17+7 項目でクラスタ分析をした図を次ページに示す。この場合も、3つのクラスタに分類できることが分かる。この3クラスタは前出の3クラスタとは一致しない。



クラスタ 0 (18 名)、クラスタ 1 (56 名)、クラスタ 2 (23 名)であった。  
各クラスタと、事後の 7 項目の質問との相関をヒートマップにしたものも合わせて、次ページに示す。  
それぞれのクラスタの特徴を、北森義明の理論に基づき解釈を加える。





## クラス 0 限定的な変化にとどまった「低関与・未統合型」層

観点	特徴
Q1～Q7	全体的にスコアが低く、Q1（関心）・Q6（今後の生活）では特に 2 点台と顕著に低い。
自己変容指標	「自己理解」や「フィードバック」関連項目も伸びが見られず、意味づけが起きていない。

## 解釈

- プログラムに対して受動的であり、内省や自己発見のプロセスが十分に始動していない。
- 北森の理論で言えば、「自己理解→相互理解→目標統合」の前段階で停滞。

### クラスタ 1 一定の気づきがあるが部分的な「内省・準備型」層

観点	特徴
Q2～Q5（満足・気づき・自己変容）	それなりに高く（4.0 前後）、内省的な動きがある。
Q6・Q7（生活への接続）	中程度で、クラスタ 2 よりやや劣る。
Q1（関心）	3.3 程度で関心はあるが突出はしていない。

#### 解釈

- ・ プログラムから何らかの気づきを得ているが、それを生活や未来につなげる段階にはまだ至っていない。
- ・ 北森の枠組みでは「自己理解→自己肯定」までは達しているが、「関係性統合」や「実践的行動」には踏み出していない状態。

### クラスタ 2 全項目で高スコアを示す「高関与・統合実践型」層

観点	特徴
Q1～Q7 すべて	平均して 4.5 前後。
関心（Q1）	他クラスタよりも高く、自己と経験との意味的接続が深い。

#### 解釈

- ・ 体験の意味を内面で捉えるだけでなく、それを実際の行動や将来の方向性に結びつけている。
- ・ 北森が強調する「今・ここ」での気づきから「目標統合」への接続が進んでいる層。自己理解と社会的自己がつながり始めている。

### まとめ クラスタ類型と対応支援策

クラス タ	類型	主な特性	教育的支援の方向性
0	低関与・未統合型	反応が鈍く受動的	安心感の保障、体験の意味化支援
1	内省・準備型	気づきはあるが行動化が未達	自己効力→行動変容への接続支援
2	高関与・統合型	意味づけ・行動・将来志向が整合	学びの深化と他者支援役割への導入

## 2. 17+7 項目の質問と自由記述との関係

クラスタごとの自由記述（事後）の語彙・文脈・感情表出の傾向分析である。北森義明の理論に基づきながら、それぞれの層がどのような内的意味づけや学習プロセスを経たかを考察する。

### クラスタ0 安心感の獲得と自己表現の始まりが見られる層

#### キーワード傾向

- ・ 「緊張」「安心」「雰囲気」「人見知り」「話す」「面白い」
- ・ 「友達」「笑顔」「やわらかく」「打ち解けた」

#### 文脈の特徴

- ・ 初期の対人不安が「話せた」「仲良くなれた」などの語りで昇華されており、「関係性の変化」が主軸。
- ・ 経験の描写は比較的具体的で、環境要因（場・人）への安心感が中心となっている。
- ・ 自己を「出してよかった」という肯定的文脈が増加。

#### 感情のトーン

- ・ 「安心した」「嬉しかった」「話せてよかった」など、安心・喜び系の感情が前面に出ている。
- ・ 深い自己省察よりも「場を楽しめたこと」への感謝や満足感が強い。

#### 解釈

- ・ 自己理解の入口として「関係の中での自己」が見えてきた層。まだ行動や目標との統合には至っていないが、安全な土台が整いつつある。
- ・ 北森の枠組みにおける「相互理解」の萌芽期にあり、ここから「自己の再構成」へ進む可能性を持つ。

### クラスタ1 行動化と内的気づきが交差する発展型の層

#### キーワード傾向

- ・ 「挑戦」「行動」「自信」「伝える」「考える」「発見」「勇気」
- ・ 「緊張がなくなった」「やってみたらできた」「見方が変わった」

#### 文脈の特徴

- ・ 「できなかったことができた」などの行動変化と、それに伴う内的気づきがセットで語られている。
- ・ 「他者に働きかけたことによって得たもの」が頻出し、自己と社会との関係性への感度が高まっている。
- ・ 経験が“意味”として内面に落ちてきているが、その構造化には個人差あり。

#### 感情のトーン

- 「嬉しかった」「楽しかった」などのポジティブ表出に加え、「びっくり」「勇気を出した」など感情の複層性がある。
- 喜び＋驚き＋自己肯定が交差しており、変化への実感がある。

#### 解釈

- 北森が言う「自己理解→目標統合」の接続過程にある層であり、自己のあり方や役割に気づき始めている。
- 内面の変化が認識され、部分的に言語化されているが、全体としての“物語”にはやや未熟さが残る。

#### クラスタ 2 的意識と実践的内省が進んだ高統合層

##### キーワード傾向

- 「制作」「表現」「経験」「つながり」「深める」「考え続ける」
- 「意味があった」「気づきを持ち帰る」「共に作る」

##### 文脈の特徴

- 「何を得たか」よりも「どう考え続けたか」への言及が多く、プロセス志向的な内省が顕著。
- 体験を自己の価値観や人生観に位置づけており、「再定義」「変容」の語彙が深い。
- 他者との関係や集団経験を通じて、“自己の立ち位置”を再認識している。

#### 感情のトーン

- 感情の表出は派手ではないが、「実感」「感動」「深かった」といった内省的感情が多い。
- 落ち着きのある語り口で、経験が内面に根付いている印象を与える。

#### 解釈

- 「目標統合」フェーズを明確に越えており、北森の理論でいう「社会の中の自己像の再定義」が始まっている。
- 行動・関係・価値観を含めて自己を更新しており、教育的支援の次段階（他者支援や共同創造）への準備が整っている。

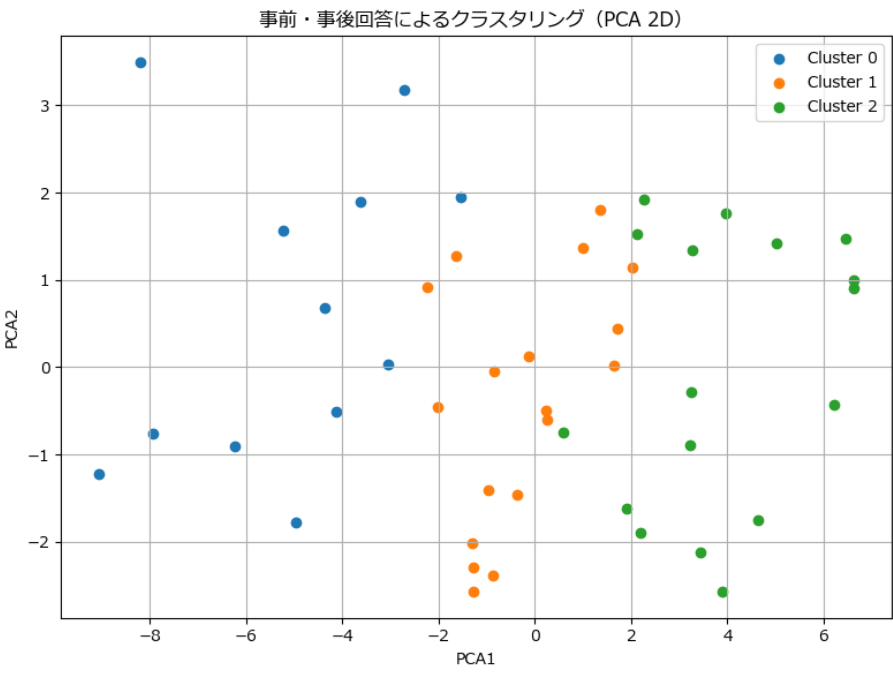
まとめ 由記述にみる内的プロセスの深度

クラス タ	表現の傾向	学習の深まり	教育的介入の焦点
0	安心・関係性中心	安全な参加の基盤づくり	自己開示と関係形成の支援
1	行動と気づきの交 差	自己理解と意味づけの強化	経験の言語化と物語構築の支援
2	統合的で内省的	自己再構成・社会的自己の 出現	他者貢献や価値創造型学習への 誘導

☆☆学科

1. 共通の 17 項目の質問から事前・事後の変化を読み取る

事前・事後での 17 項目のアンケート回答の変化についてクラスタリング分析を行うと、下図のように 3 つのグループに分かれることが分かる。



クラスごとの人数は、Cluster 0 (12 名)、Cluster 1 (18 名)、Cluster 2 (17 名)であった。  
それぞれのクラスごとに、事前・事後で 17 項目についてどのような変化が見られたかをヒートマップにしたものが次ページの図である。

クラスごとの特徴は次のようになる。

#### **クラスタ 0 低反応型**

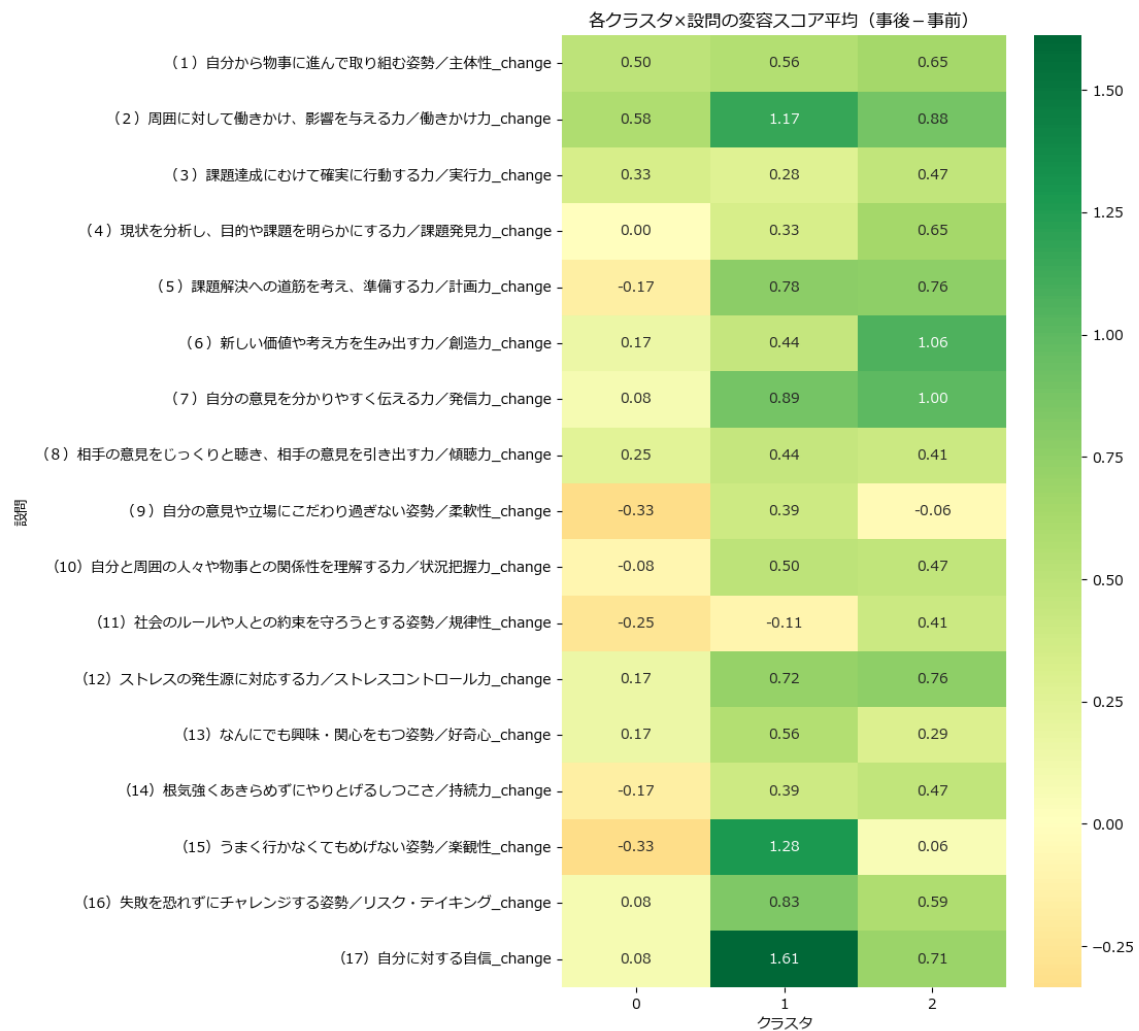
- ・全体として変化は少なく、事前スコアも中間～低めで推移
- ・多くの項目で事前と事後の分布形にほぼ変化がなく、伸び悩み傾向が明確
- ・“自己をまだ場にかけていない”状態であり、安心感・信頼関係の形成が先行課題。安全な関係性の中で小さな成功体験を積み、変容の初動を促す必要がある。

#### **クラスタ 1 己主導・対人発信のブースト型**

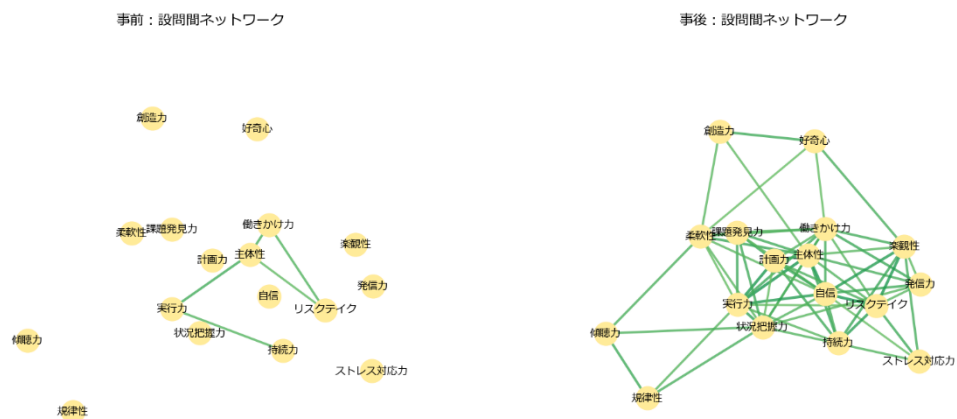
- ・変化量は全般的に大きく、「働きかけ力」「自信」「発信力」「主体性」が著しく向上
- ・特に対人場面での積極的関与が目立ち、行動のスピード感と影響力が増している
- ・“内からのエネルギーを外に解き放つ”段階にあり、リーダーシップや場の活性化に直結する動きが可能。発散的行動を持続的成果に変える伴走が効果的。

#### **クラスタ 2 造性と自己効力感の伸長型**

- ・変化は特定領域に集中し、特に「創造力」「働きかけ力」「発信力」「自信」で顕著な伸びを示す
- ・「自己理解」と「他者理解」が同時進行し、対人関係と自己表現が相互に高め合う構造
- ・“自己が場を動かし、場が自己を支える”という循環の中核に位置しつつある層。学びを成果化・社会化へと展開できる潜在力を備える。



次ページの図は、17の設問項目のネットワーク構造を事前（左）と事後（右）で比較したものである。ノードは各設問項目（例：「主体性」「実行力」など）、エッジは項目間の相関や結びつきの強さを示していると解釈される。





## 全体構造の変化 片的認知から統合的ネットワークへ

- 事前（左）
  - 多くの資質・能力が孤立または小さな島状に存在し、相互の結びつきが乏しい。
  - 「創造力」「好奇心」「傾聴力」「規律性」などは他項目とのリンクがなく、学習や経験の文脈で統合されていない。
  - 能力の認識は“点”としての存在感が強く、関係性の中での意味づけが未発達。
- 事後（右）
  - 中央に「自信」「計画力」「状況把握力」「実行力」「発信力」などが密に結びついたネットワークが形成。
  - 多くの項目が複数のエッジで相互関連し、学生の中で能力群が統合的に捉えられつつある。
- 解釈 森のいう「体験を通じた自己探求」により、能力の認識が“バラバラな要素”から“意味のある構造”へと変容。自己概念の再構築が始まった兆し。

## 中核的ノードの形成 動・思考・関係性の交差点

- 事後ネットワークの中心的ノード群：
  - 自信（自己効力感）
  - 実行力／計画力
  - 働きかけ力／発信力
  - 課題発見力／柔軟性
  - ストレス対応力／持続力
- これらは「自己」「他者」「状況」をつなぐ橋渡しの役割を担い、北森が提示する自己理解→相互理解→目標統合の三本柱の中核を形成している。

## 自己関連項目の接続の進展

- 「自信」が「状況把握力」「ストレス対応力」「柔軟性」など複数の自己調整資質と直結。
- 「持続力」「リスクテイク」「楽観性」などもネットワーク内に取り込まれ、挑戦と回復のバランスを取る基盤が形成されつつある。
- 北森の発達モデルでいえば、初期の自己理解から中期の自己肯定と関係性構築へ進んだ段階。

## まだ未連結の項目も存在

- 「規律性」「傾聴力」「好奇心」は依然として外縁部に位置し、他項目との結びつき

が弱い。

- 特に「規律性」は内的規範に関わるため、短期間での変化は難しく、長期的・反復的支援が必要。

**まとめ** このネットワーク図が示す教育的意義

観点	事前	事後	北森義明の理論との関連
構造的性	分散的・断片的	有機的・統合的	目標統合の基盤
自己理解	各能力を別々に認識	能力間の関連性を自覚	自己概念の構造化
相互理解・関係性	他者関連項目が孤立	働きかけ力・発信力が中心に浮上	関係志向的自己への移行
教育的介入の効果	資質が孤立	能力群が相互に関連	「今・ここ」の体験による統合

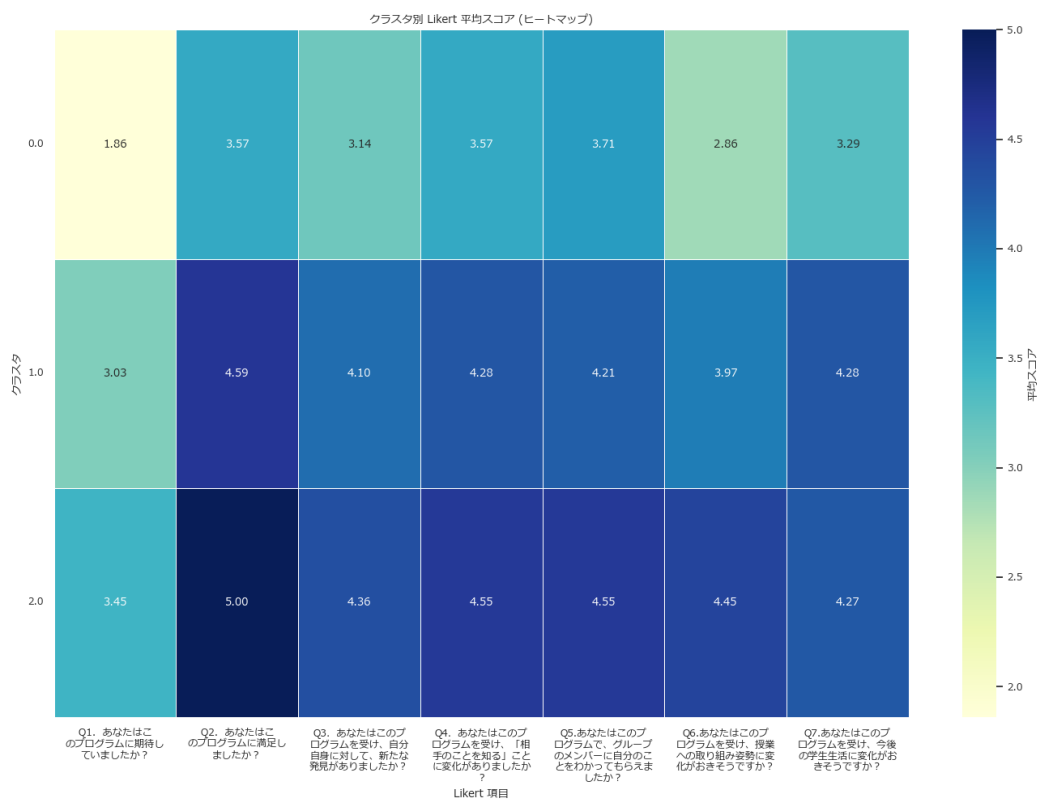
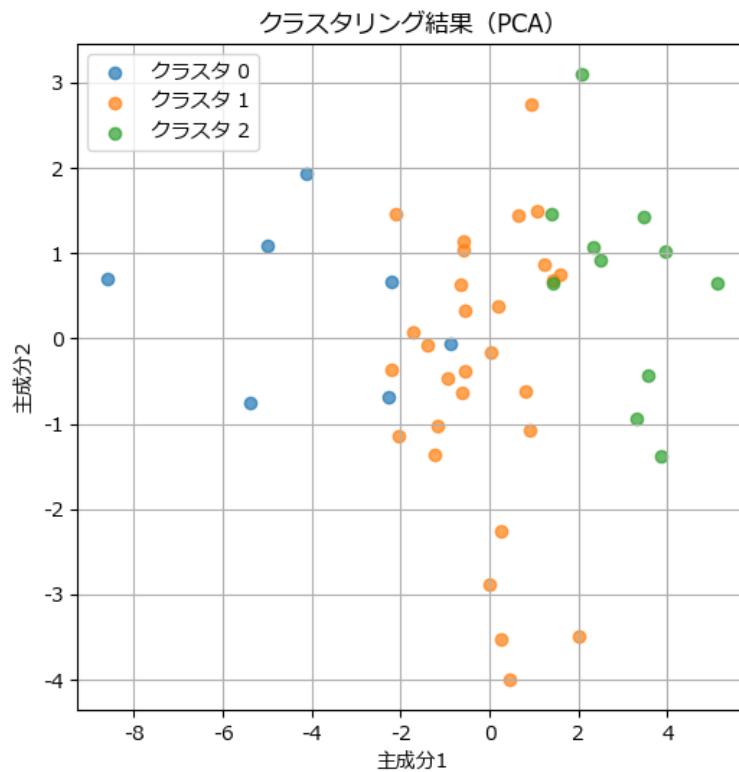
## 2. 共通の 17 項目の質問から事前・事後の変化に加え事後の 7 項目の質問との関係

17+7 項目でクラスタ分析をした図を次ページに示す。この場合も、3つのクラスタに分類できることが分かる。この3クラスタは前出の3クラスタとは一致しない。

クラスタ 0 (7 名)、クラスタ 1 (29 名)、クラスタ 2 (11 名)であった。

各クラスタと、事後の 7 項目の質問との相関をヒートマップにしたものを次ページに示す。

それぞれのクラスタの特徴を、北森義明の理論に基づき解釈を加える。



#### クラスタ 0 限定的変化にとどまる「低関与・未統合型」層

観点	特徴
Q1～Q7	多くが3点前後にとどまり、特に Q1（関心）、Q6（今後の生活展望）が低水準
自己変容指標	「自己理解」「フィードバック」関連項目の変化が乏しい

#### 解釈

- ・ プログラムに対して受動的で、自己内省や意味づけが十分に機能していない。
- ・ 北森の理論で言えば「自己理解→相互理解→目標統合」の前段階で停滞している層。

#### クラスタ 1 部分的な成長を示す「内省・準備型」層

観点	特徴
Q2～Q5（満足・気づき・自己変容）	平均 4.0 前後で、一定の内省や気づきが確認できる
Q6・Q7（生活接続）	中程度でクラスタ 2 に劣る
Q1（関心）	平均的

#### 解釈

- ・ 気づきは得られているが、日常生活や将来計画への橋渡しが未発達。
- ・ 北森の枠組みでは「自己理解→自己肯定」までは到達しているが、「関係性統合」や実践的行動化には至っていない。

#### クラスタ 2 全項目で高スコアを示す「高関与・統合実践型」層

観点	特徴
Q1～Q7 すべて	全般的に高水準
Q1（関心）	他クラスタを上回り、自己と経験を深く結びつけている

#### 解釈

- ・ 体験の意味を内面化し、それを行動や将来ビジョンに接続できている。
- ・ 北森が強調する「今・ここ」での気づきから「目標統合」への移行が進み、自己理解と社会的自己が有機的に結びつき始めている。

## 2. 17+7 項目の質問と自由記述との関係

クラスタごとの自由記述（事後）の語彙・文脈・感情表出の傾向分析である。北森義明の理論に基づきながら、それぞれの層がどのような内的意味づけや学習プロセスを経たかを考察する。

### **クラスタ 0** 語りが短く、手触りを確かめる段階

#### キーワード傾向

- 「勉強」「面白」「わから」「なし」「緊張」「大変」など単発の評価・状況語が中心。
- 名詞や形容の断片が多く、接続や理由づけの語が少なめ。

#### 文脈の特徴

- 文の平均長さが最短（約 8 字）。体験→評価の一手手前で止まりやすく、出来事の“並べ”で終わる記述が目立つ。
- 他者やチームへの言及は少なめ（対人・自分語りともに頻度が低い）。

#### 感情の表出

- ポジティブ語数>ネガティブ語数だが、感情語は短い感想（「楽しかった」「不安」）に留まり、理由の掘り下げは薄い。

#### 解釈

- 体験の意味づけがまだ弱く、「気づき→言語化→次行動」の鎖が未形成。
- まずは安全な参加と語りの量を増やす支援が有効。

### **クラスタ 1** 対人・コミュニケーションに重心が乗った語り

#### キーワード傾向

- コミュニケーション、対人関係、友達、チーム
- 学習/勉強、自己/自信、迷い/分からない

#### 文脈の特徴

- 平均文長が伸び（約 11.9 字）、出来事→相手とのやり取り→自分の気づきの最小物語が出現。
- 「話す／聴く／伝える」の動作語が頻出し、他者関与を通じた認知の更新が語られる。

#### 感情の表出

- ポジティブ優位。「緊張→話せた→安心/嬉しい」の弛緩曲線を伴う叙述が多い。

#### 解釈

- 相互作用の場が学習を駆動。

- 自己理解は進行中で、実践志向は対人チャネルに偏る段階。
- 次は、得た気づきを課題・計画（Plan）へ束ねる支援（ミニ目標設計、行動宣言、再振り返り）で前進。

## クラスタ 2 自己言及と内省が厚く、目標や方法に接続

### キーワード傾向

- 自己/自信、学習/勉強、目標/計画/学習サイクル
- コミュニケーション/対人、迷い/分からない

### 文脈の特徴

- 平均文長は最長（約 12.0 字）。
- 気づきを概念化（意味/理解/振り返）→今後の方針（計画/目標）へ接続する記述が多い。
- 他者言及と自己言及がバランスし、“関係の中の自己”が描けている。

### 感情の表出

- ポジティブ優位だが、課題語（「わからない」「反省」）も併走。
- 情緒の高揚より静的な実感・確信の語り。

### 解釈

- 「今ここ」の体験が自己概念と将来行動へ翻訳されている層。
- 計画の具体化と他者への波及（ピア支援・役割付与）が次の一手。

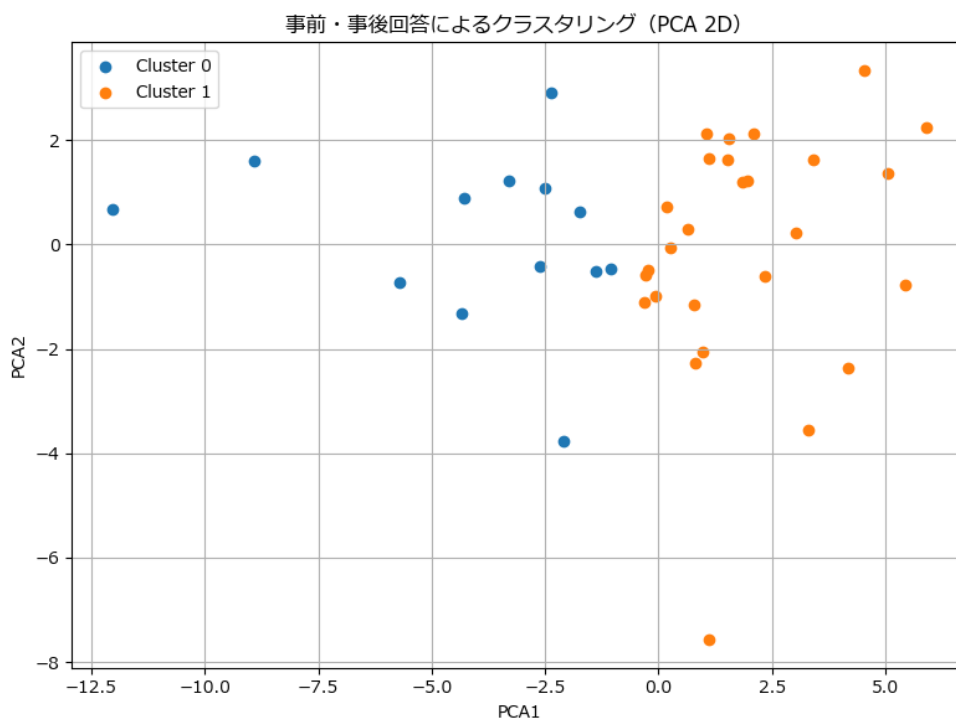
## まとめ 自由記述にみる内的プロセスの深度

クラスタ	表現の傾向	学習の深まり	教育的介入の焦点
0	断片的・理由づけが薄い。	意味づけ前段。気づき→言語化→次行動の鎖が未形成。	安心の土台づくりと語り量の拡張で自己開示を促す。
1	対人・コミュニケーションに重心。	自己理解が進み、気づきが行動に接続し始めるが、構造化は道半ば。	気づき→小さな計画（Plan）への接続支援と経験の言語化。
2	自己言及・計画語が豊富。気づきを概念化	目標統合が進み、自己概念の更新と将来行動への翻訳が生起。	計画の具体化と他者貢献へ展開。

## ★★学科

### 1. 共通の 17 項目の質問から事前・事後の変化を読み取る

事前・事後での 17 項目のアンケート回答の変化についてクラスタリング分析を行うと、下図のように 2 つのグループに分かれることが分かる。



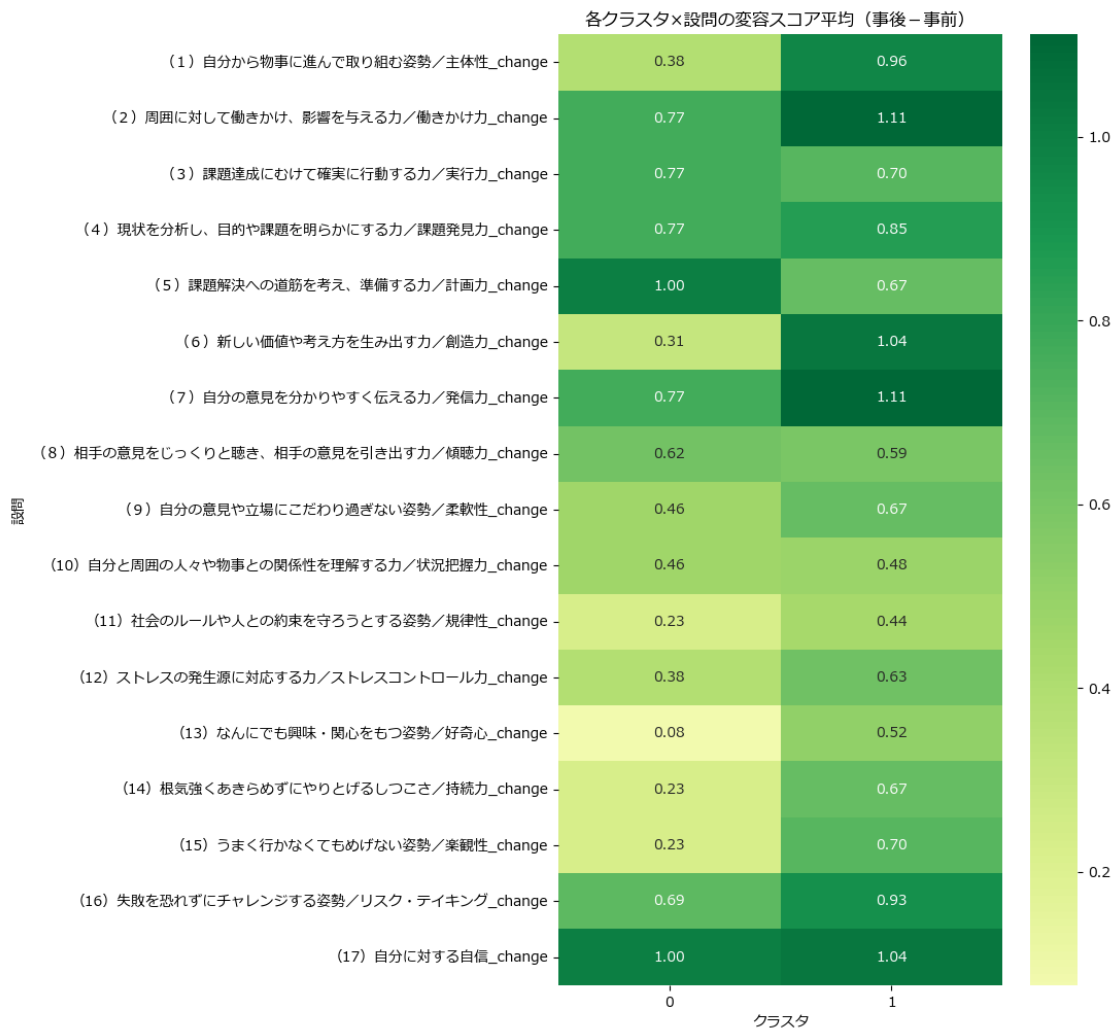
クラスタごとの人数は、Cluster 0 (13 名)、Cluster 1 (27 名)であった。  
それぞれのクラスタごとに、事前・事後で 17 項目についてどのような変化が見られたかをヒートマップにしたものが次ページの図である。

#### クラスタ 0 選択的深化型（特定領域での伸びに集中）

特徴的な伸び

- 顕著な改善：課題発見力、計画力、発信力、自信、実行力
- 一方で低伸びまたは停滞：好奇心、規律性、持続力、楽観性
- 課題の設定・遂行・伝達に関わるスキルは大きく伸びたが、持続性や興味関心の広がりにはつながっていない。
- プロジェクトや課題遂行の経験を通して計画的思考や自己効力感は伸びたが、日常

的・広範なモチベーションには波及していない層。



## クラスタ 1 多面的向上型（幅広い項目で大きな伸び）

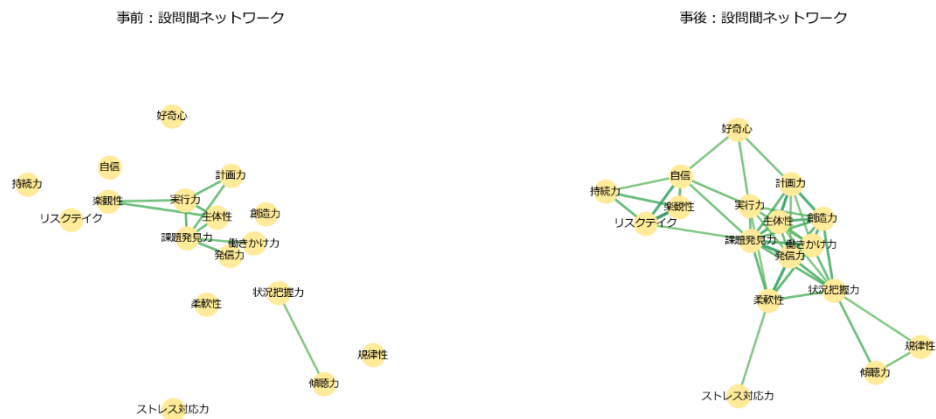
### 特徴的な伸び

- 特に大きく改善：働きかけ力、発信力、自信、創造力、主体性、リスクテイキング
- ほぼ全項目で伸びを示す。好奇心、規律性などやや低い伸びの項目も含むが、全体的にバランスよく向上。
- 行動・関係性・自己認識といった多様な領域で同時進行的に成長している。
- 新しい挑戦や働きかけ行動を通じて、自信や創造性、主体性を高めた層。
- 他者との関係構築（発信・働きかけ）と自己成長（主体性・自信）の相乗効果が強く働いている可能性。

次ページの図は、17の設問項目のネットワーク構造を事前（左）と事後（右）で比較したものである。ノードは各設問項目（例：「主体性」「実行力」など）、エッジは項目間の相



関や結びつきの強さを示していると解釈される。



### 全体構造の変化 断片から連携へ

- 事前（左）
  - 小さな島が点在。中心核は弱く、項目間のリンク数が少ない。
  - 「好奇心」「傾聴力」「規律性」「ストレス対応力」などは外縁～孤立に近い。
- 事後（右）
  - 「実行力」「計画力」「課題発見力」「発信力」「主体性」「働きかけ力」を核に、密なハブが形成。
  - そこから「状況把握力」がハブ外縁へ橋渡しし、「傾聴力」「規律性」へ枝分かれ。
  - 左側には「自信」「持続力」「リスクテイク」「楽観性」の三角～四角形クラスターがまとまりを作り、「実行力」とも接続。
  - 断片だった要素が、行動計画系（計画・課題発見・発信・働きかけ）と自己効力・挑戦系（自信・持続・楽観・リスク）の二大ブロックとして共鳴し始めている。

### 中核的ノードの形成 行動系のハブ+自己効力系のサブハブ

- 行動系のハブ（中央）：実行力／計画力／課題発見力／発信力／主体性／働きかけ力  
→ 相互に多重リンク。タスク遂行と対人働きかけの統合中心。
- ブリッジ：状況把握力  
→ ハブと外縁（傾聴力・規律性）を橋渡し。場を見る力が行動系を現実接続。
- 自己効力系のサブハブ（左）：自信—持続力—楽観性—リスクテイク  
→ 挑戦・継続・前向きを支える心理基盤。自信—実行力が直接結ばれ、内的基盤

が行動へ流れる導線が確認できる。

### まだ外縁に残る要素と含意

- 規律性・傾聴力・(一部の)好奇心は外縁。短期間では中核に巻き込まれにくい性質。
- 次段の支援では、振り返り→行動ルール化(規律)、対話設計(傾聴)、探求課題の自前化(好奇心)で中心核との往復回路を増やすとよい。

まとめ このネットワーク図が示す教育的意義

観点	事前	事後	教育的含意
構造的性	分散・島状	中央ハブ+自己効力ブロックの二極連動	タスク系と自己効力系を往復させる設計が有効
自己関連	自己項目は孤立気味	自信—持続—楽観—リスクが凝集し実行力に直結	「小さな成功体験→実行」サイクルを強化
関係・適応	規律・傾聴は孤立	状況把握力を介して中心と接続	場の読み→対話→方針化の練習を追加
介入効果	断片的気づき	行動計画×対人働きかけの統合が進展	学内外課題で計画→実行→発信の反復を

## 2. 共通の 17 項目の質問から事前・事後の変化に加え事後の 7 項目の質問との関係

17+7 項目でクラスタ分析をした図を次ページに示す。この場合も、3つのクラスタに分類できることが分かる。この3クラスタは前出の3クラスタとは一致しない。

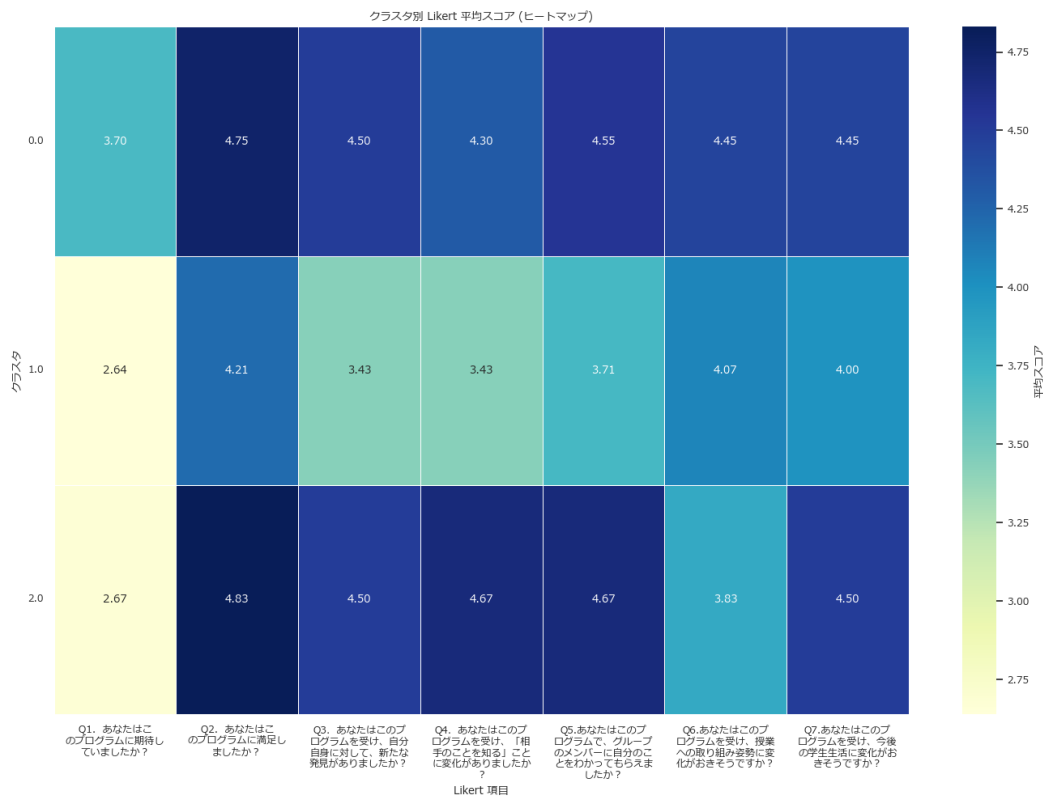
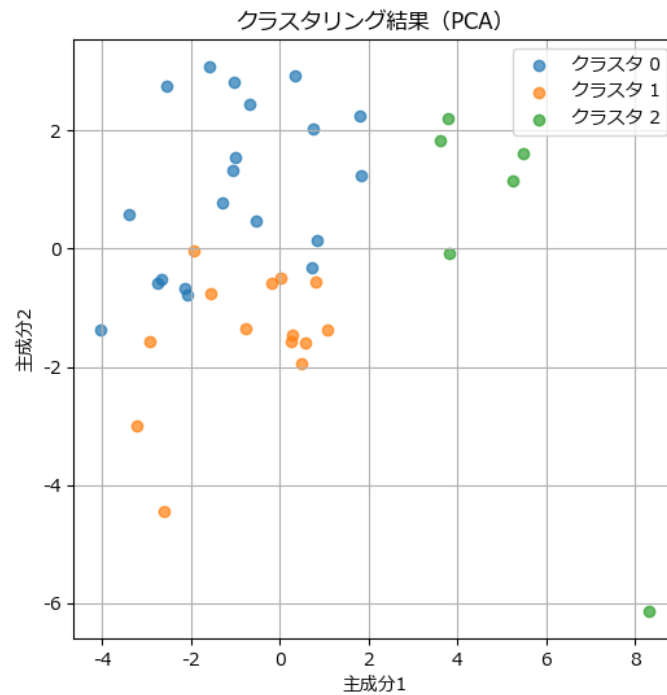
クラスタ 0 (20 名)、クラスタ 1 (14 名)、クラスタ 2 (6 名)であった。

各クラスタと、事後の 7 項目の質問との相関をヒートマップにしたものを次ページに示す。

それぞれのクラスタの特徴を、北森義明の理論に基づき解釈を加える。

### クラスタ 0 バランス型高関与層

観点	特徴
Q1～Q7	全項目が高水準で安定
Q1 (関心)	3.70 でやや低めだが他項目との差は小さい



## 解釈

- 内面変化・他者理解・将来接続がバランスよく進展。
- 北森の枠組みでは「自己理解」「自己肯定」「関係性統合」が揃っており、次段階と

して役割拡大や他者支援への展開が可能。

#### クラスタ 1 部分的成果層

観点	特徴
Q1（関心）	全クラスタで最低
Q3・Q4（新たな発見、他者理解）	中程度
Q2（満足度）	比較的高いが、行動変容指標は伸び悩み
Q5～Q7	安定感はあるが突出なし

#### 解釈

- プログラムには満足しているが、自己変容や将来展望の深まりは限定的。
- 北森の理論では「自己理解」の入口に留まり、動機づけや行動化の段階には未到達。

#### クラスタ 2 実践的高関与層

観点	特徴
Q2（満足度）、Q4・Q5（他者理解、相互理解）	最高水準
Q7（今後の生活活用）	将来接続意識が顕著
Q1（関心）	クラスタ 1 並みに低い

#### 解釈

- 初期関心は低いが、体験を通じて将来展望や行動意欲に直結させた層。
- 北森の枠組みでは、「今・ここ」の気づきから短期間で「目標統合」に到達する加速型学習者。

#### クラスタ 0 限定的変化にとどまる「低関与・未統合型」層

##### キーワード傾向

- 単語数が少なく、動詞よりも名詞中心（例：「楽しかった」「普通」）。
- 抽象的表現が多く具体性に乏しい。

##### 文脈構造

- 文章が短く、単文主体。
- 出来事の列挙型で内省や因果の説明が少ない。

##### 感情表出

- 喜び・楽しさは時折出るが強調度は低く、感情語のバリエーションも少ない。

#### 解釈

- プログラムに対して受動的で、体験の意味づけや自己理解に至る内省プロセスが未発達。
- 北森の「自己理解→相互理解→目標統合」のプロセスで言えば、初期段階に留まり、自己開示やフィードバック経験が十分に活かされていない。
- 教育的介入としては、自己発見の契機となる具体的な問いかけや感情ラベリング支援が必要。

### クラスタ 1 部分的な成長を示す「内省・準備型」層

#### キーワード傾向

- 「学んだ」「気づいた」「考えた」などの内省語が多く登場。
- 修飾語を使って感覚や意図を説明。

#### 文脈構造

- 一部で因果関係（「～したので」「～だから」）や目的表現（「～したい」）が見られる。

#### 感情表出

- 「うれしい」「自信がついた」など肯定的感情が増加。
- ただし行動変容への結びつきは弱い。

#### 解釈

- 内省や意味づけの萌芽が見られ、自己理解は進みつつあるが、日常や将来計画への橋渡しが未発達。
- 北森の枠組みでは「自己理解→自己肯定」までは進展しているが、「関係性統合」や実践的行動化は未達。
- 教育的介入としては、体験を社会的文脈に接続するワークや役割体験型の演習が有効。

### クラスタ 2 全項目で高スコアを示す「高関与・統合実践型」層

#### キーワード傾向

- 「挑戦」「成長」「貢献」など行動志向語と価値語が多く、抽象と具体のバランスが取れている。

#### 文脈構造

- 体験→気づき→今後の行動という物語構造が明確で、将来展望も含む。

#### 感情表出

- 高頻度かつ多様（「達成感」「感謝」「悔しさ」など）、感情の強度が高く、自己効力感の高さを示す。

## 解釈

- 体験の意味を内面化し、自己と社会を結びつけた統合的理解に到達。
- 北森が強調する「今・ここ」での学びが「目標統合」へ移行しており、社会的自己が形成され始めている。
- 教育的介入は、リーダーシップ機会の付与や他者へのメンタリング役割など、さらなる発展型学習が有効。

## まとめ 自由記述にみる内的プロセスの深度

クラス スタ	表現の傾向	学習の深まり	教育的介入の焦点
0	短文・名詞中心で具体性が乏しい。感情語の種類が少なく、出来事の羅列が多い。	意味づけ前段階。体験→感情→意味→行動の連鎖が未形成。	安心感の醸成と語彙拡張を通じた自己開示の促進。
1	「気づいた」「学んだ」など内省語が増え、因果関係や目的表現が部分的に登場。	自己理解が進み、気づきが行動と結びつき始めるが全体像の構造化は未達。	気づき→小さな行動計画への接続支援と経験の言語化。
2	行動語・計画語・価値語がバランスよく含まれ、体験を物語構造で記述。	目標統合が進み、自己概念の更新と将来行動への翻訳が起きている。	計画の具体化と他者貢献・価値創造への展開。

## 総括

2025 年度に実施された「自己の探求」は、北森義明氏の理論に基づく体験型学習として、新入生の初期適応における内的変容と関係性の構築に重要な役割を果たした。分析結果からは、各学科ごとに実施前の学生の状態に特徴が見られ、またその後の変化にも学科特有の傾向が浮かび上がった。しかしながら、個々の学生の変容は一様ではなく、それぞれの内的プロセスに固有の多様性が存在していたこともまた事実である。

注目すべきは、こうした個人差を前提としながらも、学科という「まとまり」が全体として**チームとしての機能を強化しつつある**点である。北森氏のいう「自己理解」「相互理解」「目標統合」の三位一体的プロセスが、学科内の学生同士の関係性に内在化しはじめ、「自らを知ること」が「他者との関係性を育むこと」へと接続され、やがて「共に学び、目標に向かう場づくり」へと展開していった。そのことは、ネットワーク構造分析に見られた資質間の結びつきや、演習を通じて育まれた主体性・働きかけ力の向上に如実に表れている。

かつての大学教育は、個々の学生がそれぞれに学び、結果として「個人の成長」に収斂するモデルが主流であった。しかし、現代の複雑な社会において求められるのは、**個と個が有機的に結びつき、チームとしての相乗効果を生み出す場の創造**である。「自己の探求」は、そうした転換への実践的な一歩であり、学生が互いの違いを尊重し合い、学び合う土壌を耕す装置として機能している。

今後は、初期段階における体験的プログラムとしての「自己の探求」にとどまらず、**学科全体で継続的にチームビルディングを行う仕組みづくり**が求められる。それは単なる「仲良しグループの形成」ではなく、「多様性の中で問いを立て合い、共に試行錯誤する関係性」の育成である。すなわち、学生が「今・ここ」にいる**他者とともに学びを編んでいく主体者**となるよう、大学という場そのものが変容を遂げる必要がある。

「自己の探求」は、そうした新しい大学像への架け橋であり、学びの出発点としての可能性を今後さらに発展させていくべきであろう。