

秘書学における資質養成訓練の実際

－教室における実施結果並びに担当教師のあり方を探る－

菱 田 陽 子

目 次

は じ め に

I. 資質養成訓練プログラム実施計画

II. 訓練の実施結果とその分析

III. 考 察

1. 学習者の訓練に対するイメージと実施中の問題点
2. 訓練の実施における学習者側及び担当教師側の問題点
3. 問題解決のための考察と今後への展望

IV. む す び

註

参 考 文 献

資 料 1

は じ め に

秘書とは上司の補佐職であり、秘書業務は常に相手（上司、上司に関わる人々）との関わりの中で形成される。これらを考え合わせると、秘書学の目的は以下の3つに分けられると思われる。

1. 技能面

- (1) 接遇業務、マナー（動作、話方の実際）
- (2) 文書業務
- (3) 情報業務
- (4) 総務業務

（秘書実務 建帛社 1985）

2. 心理面

- (1) 人柄育成
- (2) 活動意欲を高める積極性教育

3. 概論面

- (1) 秘書の歴史
- (2) 欧米の秘書と日本の秘書の比較
- (3) 秘書の役割と職能
- (4) 経営・法律知識

(秘書概論 建帛社 1986)

以上のことを考え合わせたとき、従来の秘書教育である、実務教育、情報処理教育、秘書概論教育に加え、更に、上記の2にあげたの心理面の教育の一環として資質養成訓練を体系的な形で取り入れ、心理面に訴えた、内面教育を試みたいと考えた。

ここでいう「資質」とは、以下のものが考えられる。

「誠実、明朗、素直、細心、機密保持、責任感、正確性、弾力性、協調性、判断力、洞察力、行動力、思慮分別、機転、自制心、思い遣り、礼儀正しさ、健康、身だしなみ」(刈田、1985)、

「先見性、冷静沈着、感受性豊か」(秘書学概論、1985) 爽やかさ、指導力、容姿、性格、発声、持久力、説得力」(秘書に望まれる資質養成、PAPT2, 解説書、1988) 等。

言い換えれば、「生まれつきの性格」ではあるが、そのおよそ8割から9割は、潜在能力であると言う心理学者もいるように未解決の部分の多い分野といえる。

そこで、ここでは「資質」を「養成可能な能力」と仮定し、その訓練方法として、呼吸法、イメージ法、発想法を取り上げ教室で実施した。

資質養成訓練としての上記3種類の主な理論背景は「訓練によって脳の活性力をはかり、右脳左脳の働きをバランスよくできる。その結果上記の良い資質が導き出される。」というものと「条件反射の理論のもとに、言葉によるイメージづけという刺激(条件)により良い資質を条件反射として導き出すことができる」という2点である。

ここでいう「左脳」は、「言葉、観念、時間、計算、理論という物理的な物」を司り(秘書全協、研究集録(14)1990)、「右脳」は「感性、図形的感覚、全体の把握」を司る。(秘書全協、研究集録(14)1990) 又、「条件反射」とはイワン・ペテロビッチ・パブロフの「二つの刺激が、適切な時間間隔と適切な強さで提示されると、一方の刺激が他方の刺激によって引き起こされる反応と類似の反応を引き起こすようになる。」(ブリタニカ9、1973) という理論である。この理論のもとに「人間は刺激語を自分で考えるだけで血管運動や瞳孔変化を生ずる自律反応が言語刺激に条件づけられる。」(ブリタニカ9、1973) こともわかってきた。つまり外側から言語と行動による刺激を与え、それが条件となって反射的に内部の自律神経の反応を望ましいものにしていく。それにより前に述べた明るさ、爽やかさのような資質を引き出していくことができると思われる。以上の資質養成訓練の基本理論の基に訓練を実施した。

訓練のため具体的に、使用したのは、財団法人、実務技能検定協会、秘書技能検定部発行「秘書に望まれる資質養成」のビデオテープおよび、そのマニュアルである。

上記で述べた資質の内、ここでは、以下の資質を身につける訓練法を試みた。

明朗、爽やかさ、機転、思い遣り、発想転換のできる弾力性、冷静沈着、ものおじしない性格、思慮分別、判断力

その訓練法は、次の5項目である。

①調息法(数息法、腹式深呼吸、連発腹式呼吸、発声練習、早口言葉) ②言葉の置き換え

③シェベレルの振子、暗示歩行 ④一人芝居 ⑤自由発想法

具体的な詳細は、第一章で述べたい。

この資質養成訓練を成功に導く要因は3つあると思われる。(1)適切な訓練方法 (2)担当教師の教育姿勢 (3)担当教師と学習者の間の信頼感 この3点が融合したとき、訓練が成功するのではないかと考えている。

この考えの基にこの論文では、金沢医療管理専門学校で資質養成訓練を実施し、その訓練結果により、訓練を受けた学習者の実態を分析した。また合せて人柄教育の点では特に学習者に大きな影響を与えらると思われる、担当教師のあり方を模索することを目的とした。

I. 資質養成訓練プログラム実施計画（「秘書に望まれる資質養成」マニュアル使用）

- a. 対象：金沢医療管理専門学校 一、二年生。但し項目により実施人数は異なる。
- b. 訓練項目：1. 調息法（数息法、腹式深呼吸、連発腹式呼吸、発声練習、早口言葉）。
2. イメージ法（言葉の置き換え、暗示歩行、一人芝居）。
3. 発想法（自由発想法）。
- c. 訓練目的とその効果。

1. 調息法

数息法、腹式深呼吸、連発腹式呼吸

目的：脳の活性化によって明朗、爽やかな声の発声を身につける。

効果：脳の活性化、消化器の強化。

発声練習、早口言葉。

目的：明確な言葉を発する口の動きと発声訓練をし、明朗、爽やかな話し方を身につける。

効果：明るく爽やかな声、明確な言葉、相手に好印象を与える態度。

2. イメージ法

言葉の置き換え

目的：悪いイメージの言葉を、良いイメージの言葉に置き換えることによって、価値を見出し、良いイメージを作り出す。このことによって、機転、思い遣り、発想転換のできる弾力性を身につける。

効果：弾力性のある発想転換によって、良い人間関係を作り出す。

暗示歩行

目的：言葉の刺激（自己暗示）により自律反応を促し、訓練の繰り返しによって、良い反応を表わす条件反射を身につける。これにより、不必要な緊張感を緩和し、冷静沈着さを取り戻したり、自分の望む行動を可能にし、自分本来の力の発揮を目差す。

効果：自分の思いと行動の一致。

菱 田 陽 子

一人芝居

目的：大きな動きとセリフの一人芝居を演ずることで表現力と行動力のある自分をイメージし、ものおじしない性格を身につける。

効果：心にある思いと矛盾しない表現力と行動力、勇気、ものおじしない心、屈託ない姿勢がもてる。

3. 発想法

自由発想法

目的：イメージを即座に言語化し、自分の発想を理論的に理由づけることにより、思慮分別、判断力を身につける。

効果：感受性及び理解力の広がり、価値を見出す、機転がきく。

d. 訓練の原理と方法。

1. 調息法

原理：「腹部の太陽神経叢は、大脳の脳幹と同じような働きをする」という原理を応用して、腹式呼吸で太陽神経叢を刺激することにより、直接脳幹に刺激を与えるのと同じ効果を得る。また、腹式呼吸で酸素を十分取り入れ、大脳を活性化する。

訓練方法

数息法：①座姿または立姿で呼気、吸気を繰り返す。

②大きく息を吸い、吐き出すとき「ひとつ、ふた一つ」と声を出して五つまでゆっくり数える。一呼吸につき一つの数字をいいながら、これ以上吐き出せないと思うくらい息を吐き出す。ポイントは、息を吐くという実感があること。

腹式深呼吸：①立姿で、両手の平で腹部の動きを確かめながら、深呼吸をする。

②呼気は、七つ数えながら口から吐く。このとき腹部はへこむことを手の平で確認する。

③吸気は、五つ数えながら鼻から吸う。このとき腹部は膨らむことを手の平で確認する。

連発腹式呼吸：①「アッ、アッ、アッ」と思い切り大きな声を出しながら、30秒間、連続的に腹式呼吸をする。

②声を出すときに息を吐く。

③口は、閉じず開けたままにする。

④一日、二回繰り返す。

注意事項：①食後30分は、内臓に悪いので避ける。

②慣れないうちは、両手で腹部を押え、腹部の動きを助けながら行なう。

発声練習：①資料1の練習表「アエイウエオアオ、カケキクケコカコ……」を大きく口を開けて発音する。

②ゆっくり、1語、1語正確に発音する。

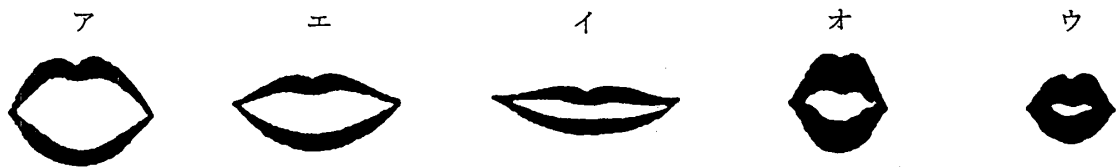
③慣れるに従って、スピードを上げる。

④毎日5分間1週間続ける。

注意事項：①正確、明瞭な発音に気をつける。

②唇の開け方に注意する。

③発声練習の口の形は下図参照。



早口言葉：①資料1の「早口言葉」を5種類程度選び、3回ずつ繰り返す。

②慣れたら徐々に速度を増す。正確、明瞭さに注意して練習を繰り返す。

2. イメージ法

言葉の置き換え

原理：同一情報でも受け方、理解の仕方で違いが出る。悪いイメージ（価値）で捕らえていたものを良いイメージ（価値）に発想転換することにより、新たな価値を見出すことができる。

訓練方法：①3～6人のグループで行なう。

②全員が見えるような紙か、ボードを用意する。

③「自分の欠点」「嫌いなタイプ」のようなテーマを決め、そのテーマにそって、自由に悪いイメージの言葉を出し、記録する。

④出された発言、アイデア、内容は、批判しない。（ブレーン、ストーミング）、自由に、きままに、何事にも制約されずに、発言することが大切である。

⑤記録した言葉を良いイメージの言葉に置き換え、それらも記録する。

（例1） 自分の短所

短気→→→→→→→→決断が早い

わがまま→→→→→→→→自由奔放

ぐず→→→→→→→→思慮深い

目立ちたがりや→→→→自己表現が豊か

八方美人→→→→→→→→気さくで人当たりが良い

菱 田 陽 子

思いやりがない→→→自己邁進型

(例2) 自分が嫌いなイメージの人

ケチな人→→→→→儉約家

口うるさい人→→→→よく気がつく人

おっせかいな人→→→面倒見が良い人

お高い人→→→→→自信家、気品が高い人

批判の多い人→→→→良きアドバイザー

シェベレルの振子、暗示歩行

原理：パブロフの条件反射の原理を応用している。無理のない自然で適切な行動を身につけるために、自分の理想をイメージし、暗示語を心の中で繰り返しながら、自己暗示をかける。自己暗示のための集中法として、シェベレルの振子や規則的な歩行を使う。

訓練方法：〔シェベレルの振子〕

①20～30cm のタコ糸の先に5円玉か50円玉を結び付ける。

②糸の先端を利き腕の反対の手の指で持ち、利き腕の指でつまみかえる。

③肘は固定せず、横へ張り加減にして、浮かす。

④5円玉を見つめ、動くまで、暗示語を繰り返す。

暗示語の主語は常に自分であること。

暗示語は、短い単語で4文節からなるものであり、肯定的な断定語であること。

⑤暗示語を繰り返すと、5円玉は、グルグル回り始める。

⑥集中度に、満足したら、心の中で「よしっ」と思う。このことにより5円玉は静止する。

⑦肩を数回まわして、終了する。

〔暗示歩行〕

①暗示語を心の中で言いながら、規則的に歩く。

②集中できたと思ったら「よしっ」と心の中で言う。

③肩を数回まわして、終了する。

「シェベレルの振子」と同じ効果が得られる。

暗示語の例

①いつでも、どこでも、集中、できる。

②いつでも、誰にも、明るく、応対。

一人芝居

原理：純粹、単純、明瞭な心と言葉、言葉と行動が一致した内容表現の多い昔話を用いて、単純な1コマの一人芝居を作る。大きな動作と、大きな声で、

一人芝居をすることにより、心と言葉、言葉と行動の一致した表現力を身につける。昔話は隠したい人間の深層部分を単純、明快に語っているものが多い。人は、この深層部分をあえて明示しようとする、照れたり、ためらったり、優柔不断な曖昧な表現になりやすい。これは自分を傷つけまいとする防衛手段が働くためである。前述の一人芝居をすることにより、曖昧な心を明確にし、それを表現することができるようになる。このことにより矛盾のない、ものおじしない心を養い、屈託のない姿勢が身につく。

訓練方法：例えば「桃太郎」の物語をもとに、「向こうの川から、大きな桃が、ドンブラコー、ドンブラコーと流れてきたあー」と言いながらセリフにふさわしい振りをつける。

3. 発想方法

自由発想法

原理：論理を司る左脳と、感性を司る右脳の機能を同時に働かせるための訓練である。例えば、ガラスの灰皿を鉛筆で叩いて、楽器をイメージする右脳、「叩いて楽器」と論理的に言語化する左脳。このように、一つの物に対するイメージを次々に思い浮かべ論理的な理由づけをすることは、左脳と右脳を同時に使う訓練になり、判断にスピードがつく。

訓練方法：①ガラスの灰皿、色付きの図画用紙、ガラスのリングホルダー、水差し等を用意する。

②上記の中から1つ選び、その物からイメージした物をハイスピードで言葉にする。例えば、ガラスの灰皿をみて、「楽器」と言葉にする。

③次に、何故「楽器」をイメージしたのかを「叩いて楽器」のように論理的に裏づける。

④イメージが浮かばなくなるまで繰り返す。

II. 訓練の実施結果とその分析

a. 実施結果

1. 調息法 (27名実施)

実施前の印象：効果がありそう(1)、苦しいような感じ(1)、面白そう(3)、息の仕方が難しそう(5)、何の為になるかわからない(1)、簡単そう(5)、バカらしい(2)、恥ずかしい(2)、腹式呼吸はどういうものなのか(1)、腹式呼吸で声や印象が本当に変わるのか疑問(1)、旨くできるだろうか(2)、発声練習、早口言葉は旨くできないと思う(1)、発声練習は面倒臭い(2)、早口言葉は嫌いなのでやりたくない(2)、発声練習は声が出るか心配(1)

菱 田 陽 子

実施後の感想：難しかった(11)、難しかったが効果がありと思った(3)、お腹が痛くなって喉が乾いてきた(2)、お腹がすいた(1)、だんだんできるようになったので毎日実行してみようと思う(2)、苦しかった(3)、お腹の底から声を出すことで、声が大きく出るし緊張感もほぐれる気がする(1)、特に連発腹式が難しかった(5)、疲れた(1)、旨くできなかったので変わらなかった(3)、少し今迄の発声とは違うかなと思ったがよく分からない(1)、少しお腹に空気が入った(1)、数息法ではあまり息が続かない(1)、早口言葉は舌が回らなかった(1)、早口言葉、発声練習は簡単(1)、胸から声が出る(1)、発声練習で口を大きく開けて喋るのは何でもないことだと思ったが、普段口を開けて喋っていないことに気付いた(2)、発声練習は口の開け方が難しい(1)、発声練習で声を出すとスッキリした(1)、発声練習では声が出なかった(2)

自分で感ずる問題点と成果：声を大きく出す(3)、息を吐くときお腹がへこまない(1)、しっかりお腹に空気が行くようにしたい(1)、毎日繰り返し訓練することによって、ここぞというとき良い声が出せると思う(1)、連発腹式を30秒できるようにする(1)、お腹から声をだしたい(1)

他人から評価された成果と問題点：腹式呼吸の時肩が動く(1)

2. 言葉の置き換え (6名実施)

実施前の印象：簡単そうに見えるが難しいのではないかな不安(1)

3. シェベレルの振子、暗示歩行 (6名実施)

実施前の印象：本当に集中できるのか(3)、集中できるか心配(1)、どういふのかわからない、不安(1)

実施後の感想：学校ではできなかった(1)、5円玉がくるくる回り面白かった(1)、あまり集中できずボーッと歩いてしまった(1)、気が散って旨くいかなかった(1)

自分で感ずる問題点と成果：もっと集中できるようにする(1)

4. 自由発想法 (6名実施)

実施前の印象：簡単そう(1)、得意なことだと思う(1)、何だろうか、まったくわからないものだ [リングホルダーを指している (筆者注)](2)、全くわからない物なので考えやすい [リングホルダーを指している (筆者注)]、素早く発想できるか心配(1)、考え込む方なので苦手な訓練法だと思う(1)

実施後の感想：3、4個なら案は出るがそれ以上はでにくい(1)、意外と難しかったが面白かった(1)、リングホルダーは指輪をはめておくものであるが一人一人発想が違って面白いものだった(1)、色々な案が出て面白かった(2)、もっとユニークな発想をすればよかった(1)、物によっては自分なりに

よく考えが出てきた(1)

自分で感ずる問題点と成果：もっと物をよく考えることを身につけようと思う(1)

5. 一人芝居（3名実施）

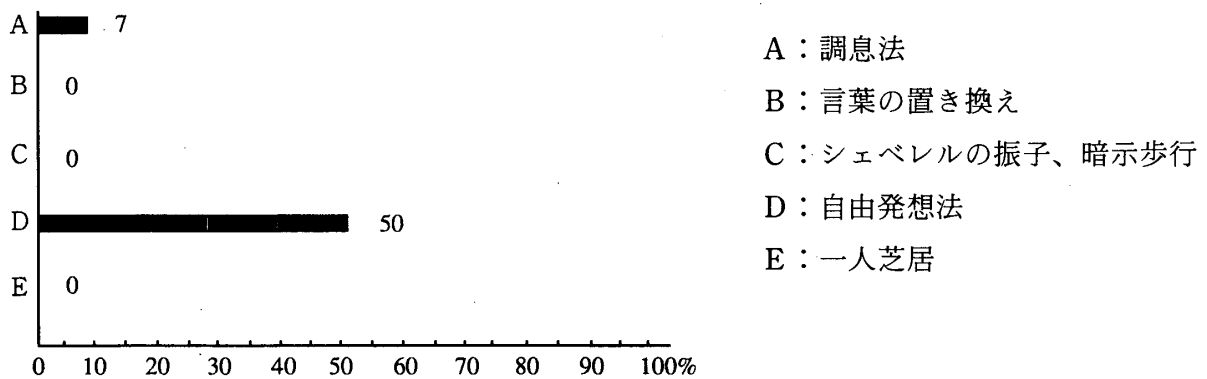
実施前の印象：変な訓練だ(1)、恥ずかしいからできるかどうか(2)

実施後の感想：別にこんなことをしてどうなるのか、実際人前で上がる時は上がってしまうし逆に開き直ってしまえばそれまでだと思う(1)、すぐできるようになった(1)、声が出せなかった(1)

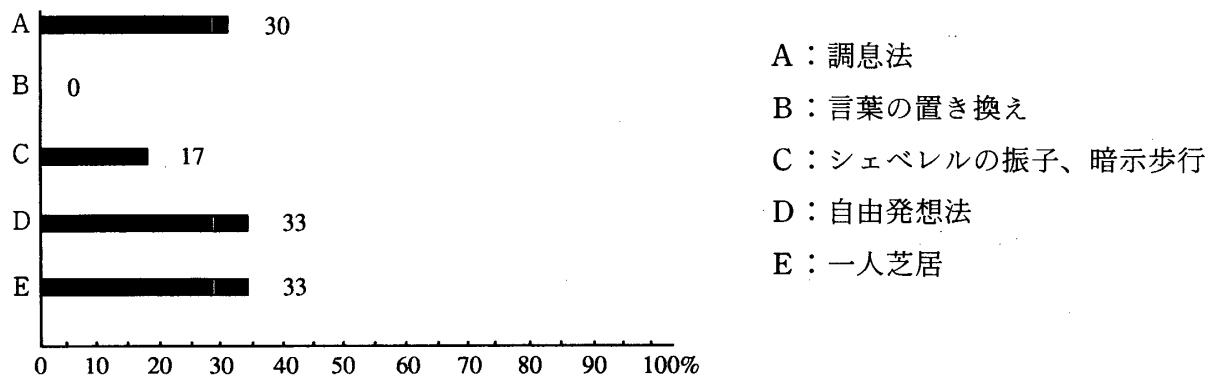
b. 実施結果の分析

1. どの訓練が肯定的に捕えやすいか、又は、否定的に捕えやすいかを知るために、5種類の訓練を以下の7項目に分けてグラフにした。

(1) 実施前、実施後共に肯定的

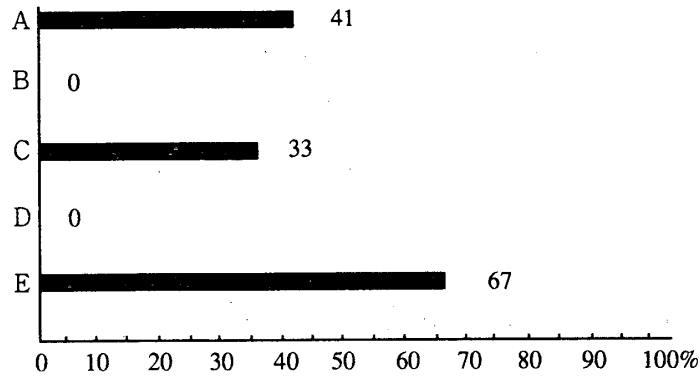


(2) 実施前否定的、実施後肯定的感想に転じたもの



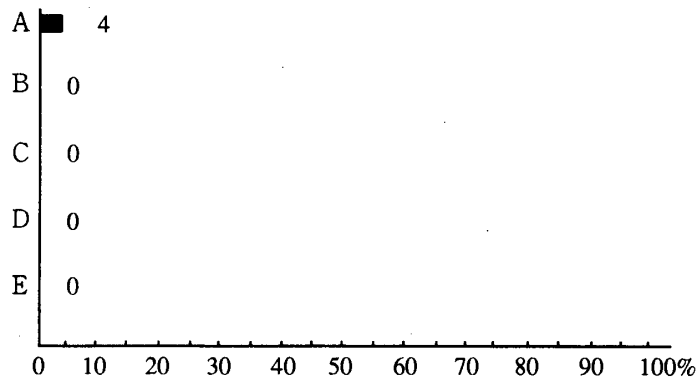
菱 田 陽 子

(3) 実施前、実施後共に否定的



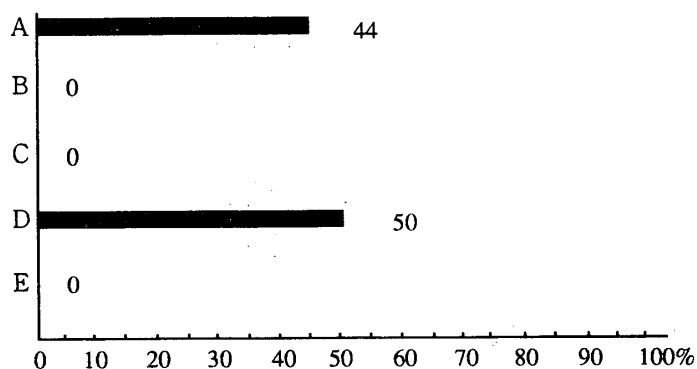
A：調息法
B：言葉の置き換え
C：シェベレルの振子、暗示歩行
D：自由発想法
E：一人芝居

(4) 実施前肯定的、実施後否定的感想に転じたもの



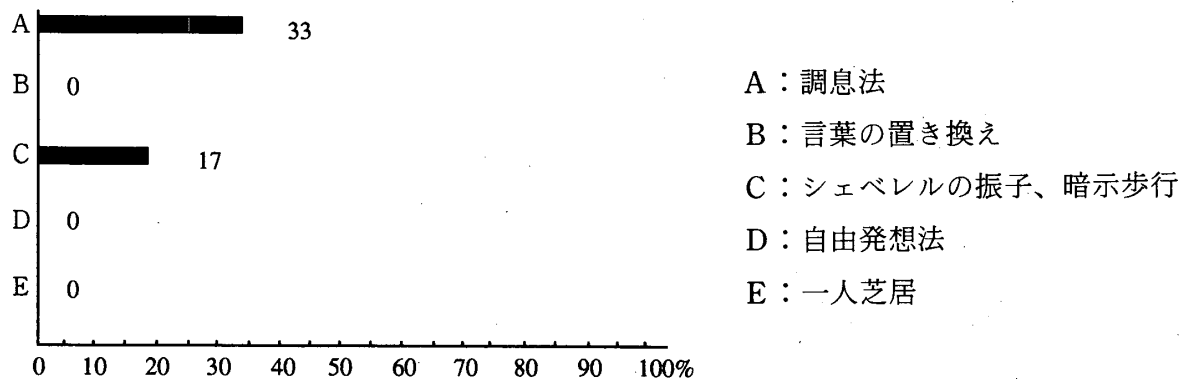
A：調息法
B：言葉の置き換え
C：シェベレルの振子、暗示歩行
D：自由発想法
E：一人芝居

(5) 実施前「簡単そう」、実施後「難しかった」

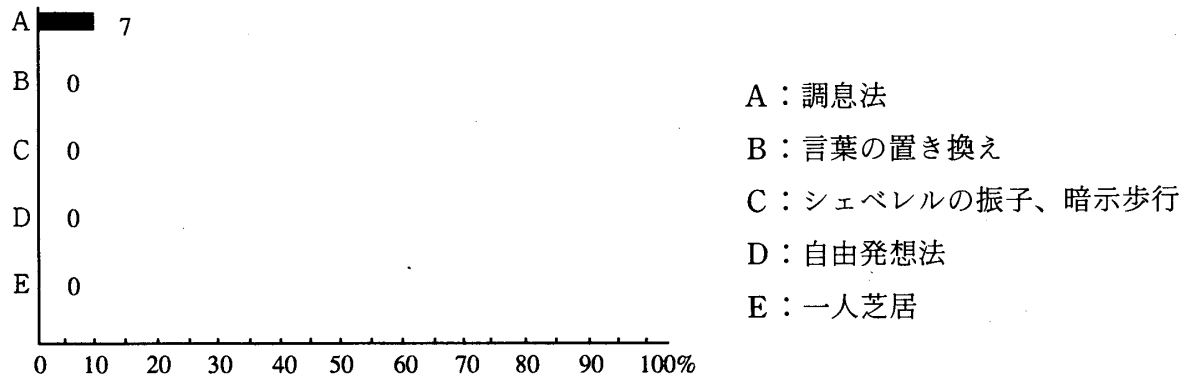


A：調息法
B：言葉の置き換え
C：シェベレルの振子、暗示歩行
D：自由発想法
E：一人芝居

(6) 実施前「難しそう」、実施後「難しかった」



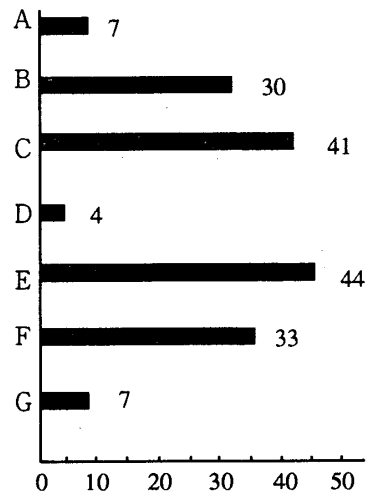
(7) 実施前「簡単そう」、実施後「簡単だった」



上記結果並びに教室における学習者の反応を合わせて考えると、次の3点のことがいえるように思われる。

- (1) 学習者の反応が肯定的、言い換えれば、容易に導くことができる訓練は、D. 自由発想法、B. 言葉の置き換えである。「言葉の置き換え」がグラフ上に数字で表われなかったのは記録提出者1名であったためである。
 - (2) 学習者の反応にばらつきはあるものの、比較的導入しやすい訓練は、A. 調息法、C. シェベレルの振子、暗示歩行があげられる。グラフ(3)(4)(5)(6)を見ると実施に対して否定的感想を持つものもいるが、それは強い反発ではなく、未知の物に対する疑惑が否定要因を作るように思われる。「調息法」は、実施後、即、体の変化を感じやすい訓練であるため、肯定的感想に変わる者もいて、導入は困難ではない。「暗示歩行」は、訓練方法が容易であるため、訓練効果に対する疑いを持つものもいても、導入自体は比較的容易である。
 - (3) 最も導入が困難な訓練法はE. 一人芝居である。グラフの結果をみても反応に乏しく、出た反応も否定的なものが多い。教室での反応を合わせて考えると、動機づけが重要な要素となる訓練といえる。
2. 次にそれぞれの訓練法に対して、どのような反応を示したかをするために、次のようなグラフを表わし、分析を試みた。

(1) 調息法



A：実施前、実施後共に肯定的

B：実施前否定的、実施後肯定的感想に転じた者

C：実施前、実施後共に否定的

D：実施前肯定的、実施後否定的感想に転じた者

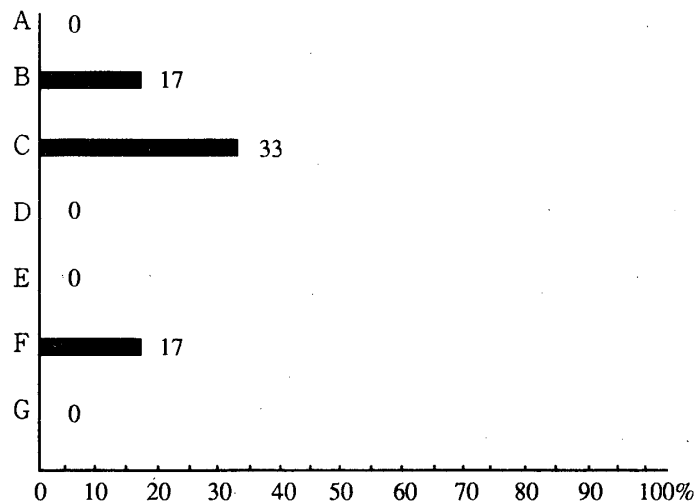
E：実施前「簡単そう」、実施後「難しかった」

F：実施前「難しそう」、実施後「難しかった」

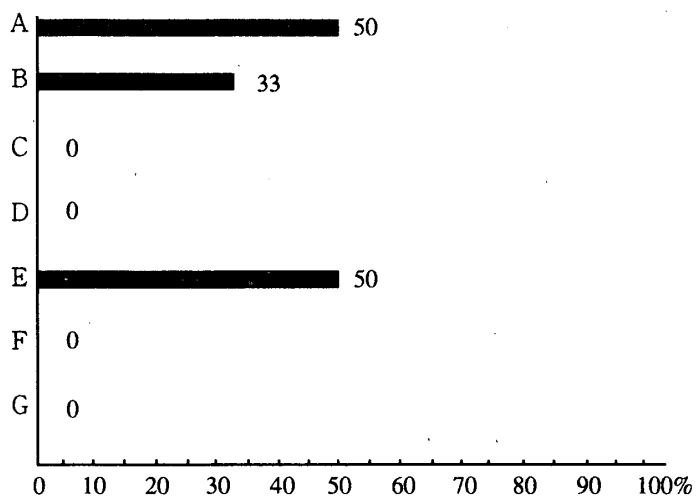
G：実施前「簡単そう」、実施後「簡単だった」

(2) 言葉の置き換え：無解答

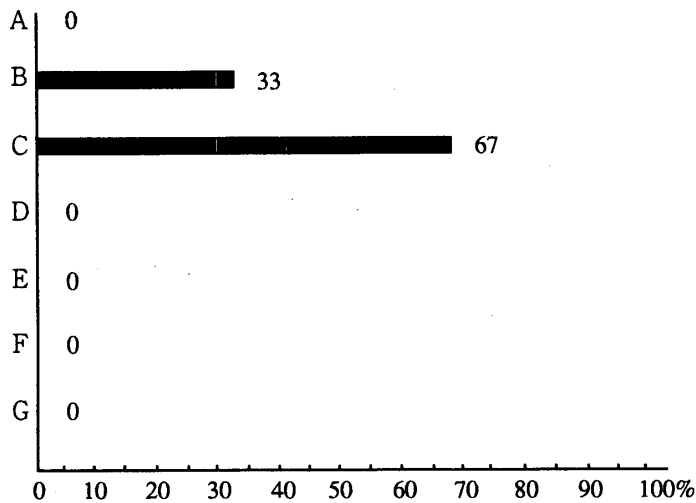
(3) シェベレルの振子、暗示歩行



(4) 自由発想法



(5) 一人芝居



上記グラフより以下のことが読み取れる。

(1) 調息法

実施前、実施後共に肯定的であったもの（A）は、10%弱、実施後肯定的感想を持ったもの（A+B）を加えると、全体の40%弱、難しかったという感想を持ったもの（E+F）は90%弱、肯定的印象が実施後否定的に変わったもの（D）は27名中1名（4%）、実施前、実施後共に否定的なもの（C）は、全体の50%弱である。この訓練は、一年生、二年生共に実施したものであるが、一年生は特に実施前より抵抗感が強く、感想の内容を見ても否定的なものがやや多かった。

(2) 言葉の置き換え

報告書に感想を述べたものは、実施者6名のうち1名であるが、実施前の感想のみであるため分析のデーターにはならなかった。実施中は積極的であったが、ゲーム的に楽しんでしまい、効果を計って報告するのは難しかったといえる。

(3) シェベレルの振子、暗示歩行

実施前から肯定的であったもの（A）は、6名中0、実施後は肯定的に変わったもの（B）は、6名中1名、大半は、実施前に不安を抱いたという感想を持っている。5円玉で「シェベレルの振子」を体験した後で、暗示歩行を行なったのであるが、5円玉は旨く動いたにもかかわらず、暗示歩行で集中できたと感じられたものは0名であった。5円玉の動きもゲーム的に楽しみ、それによって集中できたと実感したものは0名であった。但し否定的な感想を持っているのではなく、もっと集中できるように訓練したいと述べているもの1名、他も実施中は肯定的態度であった。

(4) 自由発想法

実施前、実施後共に肯定的であったもの（A）は、50%、実施後肯定的に変わったものを加えると（A+B）、80%が肯定的感想を持っている。実施前「簡単そう」、実施後「難し

菱 田 陽 子

かった」と述べているもの（E）は50%、否定的感想を持ったもの（C or D）は0名であった。感想の内容を見ると、実施前不安を持っていたものも、実施後「面白かった」と述べており、全員積極的態度であった。

(5) 一人芝居

実施前、実施後共に否定的であったもの（C）は、70%弱、実施後肯定的に変わったもの（B）は33%であった。感想内容を見ると、否定的内容が多く、実施中も消極的、否定的態度であった。

Ⅲ. 考 察

3カ月間の資質養成訓練を終えて、その問題点を探り、解決法を考えることを「考察」の章としたい。

1. 学習者側の訓練に対するイメージと実施中の問題点

- ① 学習者にとって、これまでの教育で受けたことのない分野であり、そのため受ける姿勢に戸惑いがある。その戸惑いが消極的姿勢につながり、否定的イメージを内面に起こし易い。
- ② 一年生22名は、「調息法」を実施時点で、否定的、消極的態度が目立ち、実施続行に困難が生じたため、続行を断念せざるをえなかった。
- ③ 全ての予定項目は、二年生の6名において実施終了したが、二年生も就職が決まると出席状態も悪く、データとしては不十分なものとなり、その動向を探る資料に留まらざるをえなかった。

2. 訓練の実施における学習者側及び担当教師側の問題点

(1) 学習者側の問題点

- ① 数学、英語といった、これまで受けてきた教科と違い、学習者は学習効果に疑いを持ちやすい。そのため学習意欲につながる動機を見付けるのが困難であるというイメージにつながる。更に、資質養成訓練には学習者の学習意欲が要求されるため、学習者は、その要求を負担に思いがちとなる。
- ② 高校教育までの学校教育の弊害が考えられる。つまり学習者の授業に対する意識が「教育とは一方通行のものである」という点にあり、学習者自身が参加する教育になれていない。板書されたものをノートに写して帰るのが学習だと思っている。「ためこんで吐き出す」のが、学校教育で受けた学びの姿勢になっている。自分で考えるという習慣がないため、自分で消化して、自分なりに学んでいくという、自立した学びの姿勢ができていない。
- ③ 青年期にある学習者は、複雑な心理状態にあり、学習者自身、自分を把握していない。

(2) 担当教師側の問題点

- ① 学習者の資質養成訓練に対するマイナスイメージに気付くためには、相手を見つめ問題点を見付けるゆとりを持つこと。また、教育担当者と学習者との意識レベルの違いを充分把握すること。そのうえで教育担当者のレベルで訓練を推し進めないよう注意する必要がある。
- ② 資質養成訓練の初期に見られやすい学習者の否定的対応に左右されず、学習者への動機づけと、訓練を繰り返し、学習者自身に、「起こってくる変化」に気付かせる必要がある。更に学習者に、変化への気付きが芽生え、訓練への意欲が生まれたとき、さまざまな資質養成法を紹介すべきである。つまり資質養成訓練の目的は「与える」よりも「引き出す」ことであることを念頭において学習者の反応の変化を待つ必要がある。
- ③ 教育担当者は教室内において意欲ある雰囲気を作り上げることが、大切である。二年生は予定項目を終了でき、一年生はできなかった要因の一つに、一年生と二年生の積極性の度合いの違いがあげられる。一年生には先に述べた高校までの教育の弊害が強く、訓練に対する積極性を促す意欲ある雰囲気を作り上げる時間が不足していた。二年生はそれまでの一年間の教育で、ある水準までの積極性ができていたため訓練の終了が可能であった。つまり教育担当者は、学習者の中にある否定的要素を、教室内に積極的な雰囲気を作りあげることによって、肯定的要素に変える必要がある。
- ④ 内面教育をする場合、教育担当者自身自分の内面を分析し、可能性を迫及して魅力的存在になることが大切である。また、担当者の無意識の行動表情も学習者に影響を与えていることを認識し、教室内では、無意識行動を意識にのせ、意識行動をする努力が求められる。
- ⑤ 自分自身を把握しきれていない青年期の学習者を把握するためには、青年心理を研究する必要がある。対象者の把握不十分な教育担当者による資質養成訓練は学習者の反感を招いたり、訓練の続行を妨げる危険性がある。
- ⑥ 教育担当者は、青年期とは「自己改革の時」であることを認識し、学習者の考える力を養い、資質養成訓練をとうして、望ましい方向へ変わる手助けをすべきである。気付かなかった能力の気付きが、「自らの変革」につながることを学習者に知らせることが大切である。
- ⑦ 資質養成訓練は、学習者の内面の積極性と個人としての参加が要求されるため教育担当者は「学習の要因」を理解し、それが満たされたとき訓練にはいる必要がある。

3. 問題解決のための考察と今後への展望

- (1) 学習者側の問題点③と、担当教師側の問題点⑤の解決を計るため、青年心理を調べ以下の3項目に分類し、捕えてみた。

菱 田 陽 子

① 自我同一性の確立の時期⁽¹⁾

- a. デジタル型からアナログ型へ移行する時期である⁽⁵⁾⁽⁶⁾。

デジタル型：言葉、論理を、本、活字をとおり、知識を得たり、物を考えたりするタイプの思考形式。

アナログ型：イメージの連鎖によって次から次へと考えていく思考形式⁽⁶⁾。

- b. 実存的自己意識を持つ時期である。

「この世で何をすべきか、自分とはいったい何者なのか、何のために生きるのか」⁽⁴⁾といったようなことを考え始め、価値感を追及する。

- c. 人間関係に恐れを持つ⁽¹³⁾。

- d. 青年期は一生のうちで自分自身を一番の関心の対象とし、自分の性格に心を集中する⁽¹⁴⁾。

② 自分自身が分からない脆さがある⁽³⁾。

- a. 本来の性格と違った性格を演技してみせるような仮面としての性格が、作られる。ときには、無意識に演技する場合もある⁽¹⁵⁾。

- b. 自己概念がわずかな刺激で作られたり壊されたりする⁽⁹⁾。

事実的要因によるのではなく観念的要因によって、満足と劣等感、嫌悪感が、交錯する⁽¹⁰⁾。

- c. 「理解して欲しい気持ち」と「理解され尽くされるのを拒否する気持ち」が、対立する。青年は自分を理解してくれる友人、恋人、教師、先輩の、心の扉を叩き続ける。しかし、接近していくと心を固く閉ざす⁽¹¹⁾。

- d. 情緒が不安定である⁽¹²⁾。

青年の激しい情緒はそれを引き起こした刺激と釣り合わない⁽¹²⁾。

(例) 箸が転がっただけでも笑い転げる⁽¹²⁾。

教師が軽く叱っただけで深い絶望感を持つ⁽¹²⁾。

ストレス状況下で困惑する⁽¹²⁾。

一人の上司や先輩に傾倒したり尊敬したりする⁽¹²⁾。

③ 重厚さを嫌い軽さを重んずる⁽⁵⁾。

- a. 禁欲原理より快楽原理を重んずる⁽⁵⁾。

- b. 理性、価値で物を判断するよりフィーリング、見栄、外観などの格好よさで行動、選択を決める⁽⁵⁾。

- c. 要領よく生きようとする⁽⁶⁾。

- d. 広く浅い交友関係を求める⁽⁷⁾。

以上で青年心理を言いつくしているわけではなく、その走りを述べたにすぎないが、これらからも青年心理がいかに多様に揺れ動くものであるかがよく分かってくる。こ

のような未完成な青年心理を、型にはめて考えることは危険である。特に、心、内面にふれる資質養成を試みる場合、この多種多様に揺れ動いている一人一人の心理状態を探り、その成長の手助けをしていくことを心がけなければならない。心を静めて相手を「見る」「待つ」そして、その「時」が来た時に「与える」ことが、担当教師にとって最も大切な要件の一つである。

- (2) 次に担当教師側の問題点③で述べた「教室内の意欲ある雰囲気作り」について考えを進めてみたい。

教室内の雰囲気は「先生一人一人の理想像が、その姿や、言葉をとおり反映されたもの」⁽¹⁶⁾である。この雰囲気を高めるには担当教師が、ひとりよがりにならないよう学習者の心理状態を把握したうえで、学習者に迎合するのではなく、自分の指導方針、指導内容を強く打ち出してゆかなければならない。又、その打ち出した方針、指導内容が「教室に意欲ある行動をとらせる」⁽¹⁷⁾雰囲気を作り上げるものでなければならない。指導者の消極的態度も積極的態度も共にただちに教室の雰囲気に反映することを認識する必要がある。「教師自らが、理想像を持ち、それを言葉で表現してゆく。事実の奥にある本質を追及してゆく。この2つの作業によって、より強い教室文化を作り上げることが可能になってくる。」⁽¹⁸⁾と述べているのは、鈴木丈織氏であるが、資質養成訓練においては、特に、教室の雰囲気が訓練効果に大きく影響するだけに、担当教師は、教室の雰囲気と自分自身の意欲がずれてしまわないよう配慮する必要があると思われる。

- (3) 更に担当教師側の問題点②を解決するために「学習成立の要因」を調べるとともに「資質は変えられる」という点について述べてみたい。

「学習成立の要因」は、「心理学入門」によると、次の3点があげられている。

学習成立の要因

1. 準備性 (readiness)

準備性は、学習者の内面に起こる変化であるから、教育担当者にとって把握はむづかしい。但し、担当者が熱心に学習者の反応を捕える努力をすることにより、学習者の内面の学習に対する準備の度合いを把握することは可能である。

準備性は、学習者の学習に対する関心や体験の度合い、学習者の性質や、学習教材、学習方法などが複雑に関連しているものである。故に、一人一人の適時期は異なっているし、その把握も簡単ではない。但し、準備性は成熟的に準備されるものではなく、上の要因を操作することによって、「待つ時期も操作できる。」⁽¹⁹⁾教育担当者は、このことを考慮に入れ、適時期を作り出す努力が、大切である。

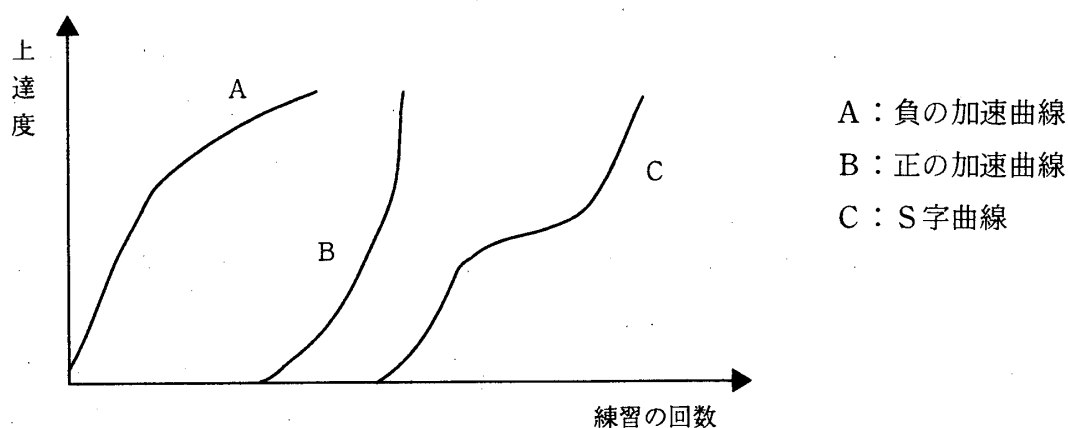
2. 動機付け (motivation)

「教育場面では、外発的動機付けよりも、自らの知的興味や要求によって学習にはいる内

発的動機付けが重視されている。』⁽²⁰⁾ 教育担当者は、この内発的動機付けに充分時間をかけ、動機付けに必要な講義内容の準備をする必要がある。

3. 練習 (exercise)

練習の必要性を指導者がよく理解したうえで、適当な練習量を把握し、学習者に与えればよい。練習の必要性に関しては、ソーンドイクの練習の法則「練習を続けると刺激と反応の結合が強くなる」にもあるように、その動作や関連する機能の質、量ともに向上することが知られている。一般的な練習曲線のモデルは下記のとおりである。



練習曲線の基本型 (McGeoch, J. A., 1953)

練習曲線：学習の進行過程を数量的にグラフに示した場合描かれる曲線。学習初期に勾配が急で後期に緩やかになる負の加速曲線、学習の初期に勾配が緩やかで後期に急になる正の加速曲線、学習の初期および後期に勾配が緩やかで中期には急なS字型曲線。学習にとって練習が重要な役割を果たすものとされている。

学習成立の要因からも、担当教師は、動機付の段階で学習者が自ら気付いてはいない能力を封じ込めないよう、学習者の心を開くための努力が求められる。

資質養成訓練は、「資質を変えていく」というより、「資質を掘り起こす」訓練と言えるかもしれない。学習者の「自己に対する考え方、方向性」を、「自己の資質を望ましい方向に変えることは可能である」という方向に、訓練の動機付けの段階で向けていく。更に、訓練実施中に、自己の中の活動していなかった資質に気付かせ活性化していく。この意味では、資質養成訓練は、自己啓発の基礎作りの一端とも言える。資質養成訓練は、個々の項目における能力開発ではなく、資質全体の底上げを目的とすると言ってよいかもしれない。資質養成訓練をすることにより、先に上げた資質－明るさ、爽やかさ、判断力のよさなど－あらゆる要素が底上げ的に向上すると考えられる。

青年期は、前述の青年心理からもわかるように、不安定な時期ではあるが、それ故に考える力をつけ、自己に気づき、自己を望ましい方向へ変えていくには最適の時期であるといえる。このことを自覚した上で、担当教師は、学習者の資質、能力を、高めるために言葉の力を意識し、その力を借りて、学習者にプラスイメージを持たせながら指導してゆくことが望まれる。指導する側、指導される側、この双方が分かれて存在するのではなく、お互いにプラスの影響をしあうことによって学習が成立してゆくのである。

「人の性格は、変えるきっかけをつかめば、変わらずにはいられない存在である」と述べている心理学者もいる。つまり、その欲求があれば、性格や資質は望ましい方向へ変わるものであることを再確認したい。又、その時期は青年期が最適であることを改めて確信し、青年期にある学習者がマズローの言う「自己実現」(総合的な概念の一つで自分の中の潜在的可能性、力量に即応した価値や課題「在り様」を常識とか習慣にとらわれないで新しい方法で実現していくということ)⁽²⁾をしてゆく上での手助けをすることも秘書学の中の資質養成訓練の占める重要な位置ではないだろうか。

IV. 結 び

以上述べてきたことは、1988年3月に行なわれた秘書教育全国協議会主催の秘書教育担当者認定講習会において、鈴木丈織氏が述べられた「明るさ、爽やかさのような資質は誰もが持っている。その度合いには差はあるが訓練によってその資質は養成され、形となって現われる」という内容の講義に啓発され、同氏の提唱された資質養成訓練としての呼吸法、イメージ法、発想法を授業に取り入れ、その効果の有無の論証を試みたものである。

資質養成訓練は学習者と担当教師の両輪で成り立っていることは先に述べたとおりである。担当教師はその両輪の噛み合わせを常に考える必要があると思われる。学習者の良い資質を限りなく引き出すことを目的に、資質養成訓練を教室で展開し、その結果を基に問題点と解決法を探ってきた。そして、更に良い指導を展開するための、担当教師のあり方を考察してきた。この資質養成訓練においては、担当教師は学習者の意欲に頼って教えるのではなく、担当教師自身の生きる姿をはっきり打ち出すことも大切である。担当教師自身が教壇の上で強く問われてくることを自覚して自分自身の資質養成過程、可能性の追及の姿勢を示すことが、学習者に、資質養成訓練の具体的でかつ強い動機を与えるということを知る必要がある。担当教師自身が良い学習習慣を持ち、柔軟な思考をもって、思慮深く教壇に立つことが求められる。更に、資質養成に関連の深い学問である心理学、人間関係論、大脳生理学等も合わせて学び、学習者に資質養成訓練の必要性をより正確に伝えていくことも大切であると思われる。

最後に、秘書教育の内の人柄育成においては、学習者、担当教師双方にとって、よりよき方向への停滞なき前進をめざす姿勢の確立も教育の成果の1つに数えることができるのではないだろうか。人柄育成の根本は、担当教師の意識、無意識、能力、知識、全てを包括した担当教師自身の生き様を一つの例として、学習者に示していくことであるようにも思われる。人柄育

菱 田 陽 子

成における資質養成訓練の意味と、その位置付けを更に明確にし、より効果の上がる訓練を教室で展開していくことを今後の課題としたい。

註

- (1) 樋口勝也編著：心理学入門 初版（相川書房 1988） 133.
- (2) 河合隼雄編著：岩波講座 精神の科学 6，ライフサイクル第1刷（岩波書店 1983） 197.
- (3) 樋口勝也 131.
- (4) 河合隼雄 183.
- (5) 河合隼雄 185.
- (6) 河合隼雄 197.
- (7) 河合隼雄 198.
- (8) 波多野完治編 ピアジェの発達心理学（国土社 1965） 99.
- (9) 星野 命，訖摩武俊編：性格は変えられるか 新版（有斐閣 1985） 104.
- (10) (1)訖摩武俊ほか 105.
- (12) 訖摩武俊ほか 107.
- (13) 訖摩武俊ほか 108.
- (14) 星野 命ほか 209.
- (15) 訖摩武俊ほか 106.
- (16) 秘書教育全国協議会 秘書全協研究集録(14)（秘書教育全国協議会 1990） 76.
- (17) 秘書全協研究集録(14) 75.
- (18) 秘書全協研究集録(14) 77.
- (19) 樋口勝也 91-92.
- (20) 樋口勝也 92.
- (21) 星野 命ほか 206.

参 考 文 献

- 日本秘書クラブ製作監修：Charming Secretaries Part II 秘書に望まれる資質養成，カセットテープ及びマニュアル。
- 河合隼雄編著：岩波講座 精神の科学 6 ライフサイクル 第1刷 岩波書店 1983.
- 訖摩武俊，星野 命編：性格は変えられるか 新版 有斐閣 1985.
- 波多野完治編：ピアジェの発達心理学 国土社 1965.
- 樋口勝也編著：心理学入門 初版 相川書房 1988.
- 秘書教育全国協議会 秘書全協研究集録(13) 秘書教育全国協議会 1988.
- 秘書教育全国協議会 秘書全協研究集録(14) 秘書教育全国協議会 1990.
- E. H. エリクソン著，小比木啓吾訳編：自我同一性—アイデンティティとライフサイクル 新装版第9刷 誠信書房 1989.
- P. ブル著，高橋 超編訳：しぐさの社会心理学 初版 北大路書房 1986.
- 時実利彦著：脳の話 岩波新書 1962.

資料1：「発声練習」練習表（「秘書に望まれる資質養成マニュアル」）

1. 口の体操

ア	エ	イ	ウ	エ	オ	ア	オ	ザ	ゼ	ジ	ズ	ゼ	ゾ	ザ	ゾ
カ	ケ	キ	ク	ケ	コ	カ	コ	ダ	デ	ヂ	ヅ	デ	ド	ダ	ド

サ	セ	シ	ス	セ	ソ	サ	ソ	バ	ベ	ビ	ブ	ベ	ボ	バ	ボ
タ	テ	チ	ツ	テ	ト	タ	ト	キャ	ケ	キ	キュ	ケ	キョ	キャ	キョ
ナ	ネ	ニ	ヌ	ネ	ノ	ナ	ノ	シャ	シェ	シ	シュ	シェ	ショ	シャ	ショ
ハ	ヘ	ヒ	フ	ヘ	ホ	ハ	ホ	チャ	チェ	チ	チュ	チェ	チョ	チャ	チョ
マ	メ	ミ	ム	メ	モ	マ	モ	ニャ	ネ	ニ	ニュ	ネ	ニョ	ニャ	ニョ
ヤ	エ	イ	ユ	エ	ヨ	ヤ	ヨ	ヒャ	ヘ	ヒ	ヒュ	ヘ	ヒョ	ヒャ	ヒョ
ラ	レ	リ	ル	レ	ロ	ラ	ロ	ミャ	メ	ミ	ミュ	メ	ミョ	ミャ	ミョ
ワ	エ	イ	ウ	エ	オ	ワ	オ	リャ	レ	リ	リュ	レ	リョ	リャ	リョ

2. 早口言葉

- (1) 羊皮紙の表紙の批判集。
- (2) 隣の客はよく柿食う客だ。
- (3) 東京特許許可局。
- (4) 殿様の長袴，若殿様の小長袴。
- (5) 向こうの棚のなた豆は，煮たなた豆か，生なた豆か。
- (6) 青巻紙，赤巻紙，長巻紙，紙巻紙。
- (7) 生麦，生米，生卵。
- (8) 長町の七曲がり長い七曲がり。
- (9) 駒込の小鳩が小生米食うた。
- (10) お綾や親にお謝り。
- (11) 樫の木の丸薪，割る薪割り。
- (12) お騒がせしてすみませんとお謝りなさい。

3. 鼻濁音練習

(1) 鼻濁音

濁音：ガ ゲ ギ グ ゲ ゴ ガ ゴ
ga ge gi gu ge go ga go

鼻濁音：カ ケ キ ク ケ コ カ コ
nga nge ngi ngu nge ngo nga ngo

(2) 鼻濁音練習

ガ 長崎からの葉書が来ました。
ギ 水際の柳の木の下に山羊がいます。
グ 親にはぐれた鷺が，ねぐら探して鳴いている夕暮。
ゲ ひげをそってあげましょう。
ゴ かごにたまごが入っています。

(3) 鼻音を使う一般法則

- ① 言葉の頭にくる濁音は鼻音化しない。

例) 学校 元気 元旦 御飯 ガラス ゴミ 五徳 群衆 ギブス

- ② 言葉の中間や末尾に来る場合は鼻音化する。

例) てがみ ひがん くぎ ひぐれ すぐれた こげる ひげ この頃

(4) 例外

菱 田 陽 子

- ① 擬声音は鼻音化しない。

例) \triangle ガン \triangle ガン \triangle ギラ \triangle ギラ \triangle グル \triangle グル \triangle ゲラ \triangle ゲラ \triangle ゴト \triangle ゴト

- ② 数を表わす語は鼻音化しない。

例) 15 \triangle 人 150 \triangle 万

ただし、数を意味しない場合は鼻音化する。(十五 \circ 夜 桂小五 \circ 郎)

- ③ 継ぎ目を感じするような合成語（漢語＋漢語、やまとことば＋漢語）は、鼻音化しない。

例) 中 \triangle 等学 \triangle 校 三 \triangle 菱銀 \triangle 行 大 \triangle 和ゴ \triangle ム