

2018年度しあわせ研究

ワーク・ライフ・インテグレーション（仕事と私生活の統合）がもたらす社会人学生の幸福感と学びの促進

研究員 矢澤美香子  
野口普子、前廣美保、本多勇



近年、多様化するキャリアの中で、社会経験を経てから“もう一度学びたい”と考える社会人が増加しており、学び直しへの関心が高まっています。ワーク・ライフ・バランス（WLB：仕事と私生活の両立）の重要性が注目される中で、この学び（learning）という生活領域は、社会人学生にとって仕事（work）にも私生活（life）にも位置づけ難い、特有の領域であると考えられます。

筆者らは、本学通信教育部において多くの社会人学生の教育に携わる中で、仕事と私生活のバランスを取りながら学び続けることの難しさを感じる学生たちの姿を見ってきました。その一方で、生き生きとしなやかに、そして精力的に学び、仕事、私生活をこなし、充実感、満足感を得ている学生たちにも多く出会ってきました。そこで、筆者らは、こうした社会人学生間の違いはどのような心理社会的要因によって生じるのかを明らかにするため、その手がかりとして、「ワーク・ライフ・インテグレーション(W & LI)」という概念に着目しました。W & LIは、従来のWLBからさらに発展した概念であり、仕事と私生活の統合と意味します。本研究では、仕事、私生活領域に

新たに学びを組み込んだインテグレーション（統合）の視点が重要であると考えています。例えば、大学の学びで得たものを仕事仲間や家族と共有し、そこでの発見をさらなる学びに活かすことは、W & LIに関わる対処の一例といえます。異なる複数の生活領域で得たものを好循環させながら主体的に働き方、生き方を考えることは、社会人学生の幸福感や学びを活かしたキャリア形成においてとても重要であると考えられます。

本研究では、本学通信教育部の社会人学生を対象にオンライン調査を行い、その結果、多様なW & LIを促進する対処方略の内容が明らかになりました。しかし、仕事の時間や量を調整することや学びを職場で共有することなどの実践頻度は低い傾向にありました。また、就業形態の違いが、W & LIを促進する対処方略の取り方や平日の学習時間の差に影響すること、世話を必要とする身内を抱えている学生は精神的健康が低いことなどが示唆されました。これらの研究成果は、2018年、2019年のShiawase学会にて発表させていただきました。外部の社会人学生やしあわせ研究に携わる方々より貴重なコメントをいただく中で、W & LIに着目した心理社会的支援の必要性を改めて感じています。今後も本研究を継続し、研究成果を社会人学生の幸福感の向上に役立てていきたいと思っております。