

2019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、社会経験を経てから“もう一度学びたい”と考える社会人学生は増加しており、社会人の学び直しを意味する「リカレント教育」への関心が高まっています。そうした中、多忙な社会人にとって、いつでも、どこでも学べるオンラインを活用した大学通信教育は、社会人学生の学び直しに大きく貢献する教育システムといえるでしょう。現在、大学や短期大学、大学院を合わせると、約18万人の社会人学生が大学通信教育で学んでいます(文部科学省, 2019)。

最近では、ワーク・ライフ・バランス(WLB:仕事と私生活の両立)の重要性が強調されています。しかし、仕事生活、家庭生活に、さらに「学び」という一生活領域が加わると、それらのバランスがうまく取れず、大きな負担を感じる社会人学生も少なくありません。その一方で、多忙な生活の中でも、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、満足感を得ている社会人学生も多く見られます。大学通信教育に携わる筆者らは、後者の学生たちに共通するキーコンセプトとして、「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ています。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を意味します。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ています。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、W&LIを促進する対処方略を明らかにしました。中でも、家族と学びを共有することや余暇や健康、気分転換を促進させるような対処は、精神的健康と正の関連性を示しました。また、学びの共有のしやすさや柔軟性のある就業の仕方は、W&LI促進のための重要な要因であることが示唆されました。

期せずして新型コロナウイルスの影響により、社会人の働き方は急速な変化を強いられる状況となっており、オンライン学習もいまや国民全体において促進が期待される学びの方法となっています。社会人学生にとっても、働き方、学び方、私生活の過ごし方は、大きな変革の時を迎えているといえるでしょう。こうした困難な状況も、社会人学生の学びや生活が良い方向に変化する転機となっていくよう、今後もワーク・ライフ・インテグレーション研究を続けていきたいと考えています。