

はじめに

プレゼンテーションの仕方やレポートや論文の書き方を指導する教科書は、近年種々出版されてきました。本書もそうした教科書ではあるのですが、コンセプトが他の教科書と異なります。“できる”社会人になるためには“できる”大学生になる必要があると考え、大学で必要とされるいわゆる“アカデミック・スキル”の養成だけでなく、“できる”社会人に必要なスキルの習得も目標に掲げました。“できる”とは、社会で必要とされる常識や知識を持ち、効率的に仕事をこなす能力と多くの情報から信用に足るものを選び、思考し、自身の見解をまとめ、それを発信する能力を併せ持つことであると考えています。

そのため、本書の構成はまず「大学生になるということとは？」という問いかけから始まります。続いて、聴く、書く、話す、読む、調べるなどのアカデミック・スキルの養成に加えて、考える、整理する、発信するといった社会で活躍するためのソーシャル・スキルの養成から成っています。最後には、時間や感情や体調の管理の仕方を加えています。心身ともに健康な生活を送る習慣を大学生の間に身に付ける必要があるからです。

本書の教材は、学生の知的好奇心を刺激し、受動的な学びから能動的な学びへと移行するように精選されています。また、各セクションではエクササイズが用意されていて、ペアレッスンやグループワークを通して、学んだことを実践するだけでなく、コミュニケーション力を高めることができるように配慮されています。そして、さらに好奇心から探究心を芽生えさせ、学生自らが調査し、研究資料にあたり、思考したことを文章にまとめ、それを発信できるようになることが到達点となります。そうした能動的な学び、知的におもしろいと感じることができれば、大学を卒業し、社会に出てからも、継続して学び続け、「できる社会人」になれると考える次第です。

アカデミック・スキルズ ハンドブック

—できる大学生になるために—

— 目 次 —

セクション 0 大学生になるということ……………6

- 1 大学生と学業
- 2 大学生と労働
- 3 大学生と経済・法律

セクション I 聴く……………8

- 1 アクティブ・リスニング
- 2 ノートテイキング
- 3 質問力

セクション II 書く【基本編】……………15

- 1 日本語表現の基本ルール
- 2 その他の日本語の表記の標準ルール
- 3 読みやすい文を書く
- 4 パラグラフ・ライティング

セクション III 話す……………25

- 1 明瞭に発話する
- 2 敬語を使って話す
- 3 要領よく話す
- 4 I-message で話す

セクション IV

知る33

- 1 重要な法律を知る
- 2 租税制度を知る
- 3 政治・司法制度を知る
- 4 歴史を知る
- 5 重要用語を知る
- 6 慣用句・四字熟語・同意語・反意語を知る
- 7 社会のルールを知る
- 8 時事問題を知る

セクション V

調べる54

- 1 図書館で調べる
- 2 雑誌論文を調べる
- 3 新聞記事を調べる
- 4 統計のデータベースで調べる
- 5 Web で調べる

セクション VI

読む61

- 1 スキャニング
- 2 速読
- 3 アナリティカル・リーディング
- 4 クリティカル・リーディング
- 5 耽読

セクション VII

考える71

- 1 問いを設定する
- 2 既成の事実を疑う 批判的思考法
- 3 二者選択をする 比較衡量法
- 4 解決策や新しいアイデアを見出す
ブレインストーミング
- 5 新たな展望を開く 思考の転換法

セクション VIII

整理する.....77

- 1 情報を整理する
- 2 思考を整理する

セクション IX

伝える.....81

- 1 メール
- 2 手紙とはがき
- 3 電話
- 4 プレゼンテーション

セクション X

書く【応用編】.....91

- 1 調査報告
- 2 ブックレビュー
- 3 論文

セクション XI

管理する.....102

- 1 時間を管理する
- 2 感情を管理する
- 3 健康を管理する

大学生になるということ

大学は学生が主体的に学ぶところです。高校では時間割が決められており、自分の意思で選択できるのは、芸術関連か体育の授業くらいでしょう。ところが、大学では必修科目を別とすれば、基本的に科目の選択は学生に委ねられます。どんな授業を履修するか、何科目取るか、日曜日以外の休みを何日設定するかなどを決めることができるのです。また、大学では、高校のように教えられた内容を記憶することに重きが置かれることはありません。大学の講義科目では、その講義内容を理解し、覚えることだけが要求されるわけではありません。通常は講義内容に関連したトピックの中から学生がテーマを設定し、資料を収集し、それをまとめる過程で論理的思考を重ねることが要求されます。時には口頭で、時には数千字に及ぶ文書で発表することも求められます。

大学は「社会人」としての基礎を作り上げるところでもあります。「社会人」とは社会の一員としての個人であり、また実社会で活動する人です。大学は勉学し、クラブ活動をする機会を与える場を提供するだけでなく、社会で自由に活動する時間も与えてくれます。アルバイトやボランティア活動などを通して、社会で働く人たちと交わる機会が増えます。

大学生になるということは、同時に責任ある「成人」になることでもあります。さまざまな売買契約を結んだり、投資活動をしたりして、社会の一員として経済活動に参加することもあるでしょう。その際、民法や商法の知識も必要になるでしょう。

「社会人」として、また「成人」として充実した生活を送れるよう、大学で大量の知識を吸収し、それを考察し、文書化し、発表できるスキルを身に付けましょう。

1 大学生と学業

日本の大学は、入るのが難しく、出るのが簡単だと言われます。しかし、社会人になる際には、どの大学を出たかより、大学で何を学んだかが重要になります。実際、新卒採用時に出身大学を問わない企業が増えてきています。

大学では必修科目と選択科目があります。科目を選択する際、単位が取りやすいかどうかを判断基準にするのは、考えものです。

学部によっては専門的な資格を得ることが可能です。法学部であれば、司法書士、行政書士、弁護士、商学部であれば、公認会計士、税理士などを目指すことができます。

そうした資格取得を目指さなくても、卒業時にどのような知識と思考法を身に付けているかをイメージして科目を選択すべきでしょう。その際、重要になってくるのは、各授業のシラバスです。シラバスに記載されている授業内容や課題、評価方法などを熟読したう

えで、選択しましょう。

2 大学生と労働

高校生のときからアルバイトを始めた人もいることですが、大学生になると携わることができるアルバイトの種類が増え、労働時間も増えることでしょう。また、インターンシップ制度を利用して、在学中に企業や公共施設などで実習生として一定期間働く機会もあるでしょう。

大学によっては、ボランティア活動をすることによって、単位を修得できるカリキュラムがあります。これによって地域社会に貢献することができます。

在学中に働くことによって、自分にあった仕事は何か、どのような労働形態が自分には向いているのかを知ることができます。

3 大学生と経済・法律

日本では2022年4月1日から140年ぶりに成人年齢が20歳から18歳に引き下げられます。その結果、大学に在籍する学生はみな成人となり、さまざまな領域において「社会人」として責任を果たすことが求められます。

成人になると、たとえば、次のようなことが親の同意なしにできるようになります。

- ・ローンを組む
- ・携帯電話やクレジットカードの契約
- ・民事裁判を起こす
- ・公認会計士や行政書士などの各資格取得
- ・社会福祉主事などになる
- ・民生委員と人権擁護委員の資格取得
- ・10年パスポートの取得
- ・外国人の帰化
- ・性別変更の審判請求

今までなら、怪しげな商法にひっかけり物品購入契約をしても、親権者の同意がないことを理由に契約を解除することができました。ところが、18歳で成人になるとそうは行きません。関連する商取引のルールや法律の知識を得ておくことが必要になります。

聴く

大学での授業やクラブ・サークル活動で、また学外でのボランティア活動やアルバイトなどで、学生に求められる能力はコミュニケーション力だと言えます。そして、社会人に求められる能力もコミュニケーション力です。そのコミュニケーション力の中でも一番大切な能力が聴く力です。さて質問です。

“listen”と“hear”の違いを説明できるでしょうか。

答え：

“listen”は「聴く」で、“hear”は「聞こえる」です。

つまり、聴くことは能動的な行為であり、聞こえることは受動的行為です。また、聴くという行為は、コミュニケーションの根本です。

1 アクティブ・リスニング

1) アクティブ・リスニングとは

アクティブ・リスニングは共感的態度で傾聴することです。「聞きたいこと」を「聞く」のではなく、「相手が伝えたいと願っていること」を「聴く」ことです。

また、なんらかの理由で聞き取りにくい場合は、相手に「大きな声で話してください」とか「明瞭に発話してください」という前に、まず、こちらから聞き取ろうという努力をするようにしてください。相手の人にとってはこのような要望にすぐに応えられないことがあるからです。

2) アクティブ・リスニングの効果

アクティブ・リスニングでは聴き手が集中力を高めていますから、聴いた内容をしっかり把握することができるという効果があります。

しかし、アクティブ・リスニングの本当の効果は話し手にあると言えます。なぜなら、話し手は相手が理想的な聴き手であるため、普段なら話すのをためらうことでもすらすら話せたり、まとまりがない内容が整理されたりして、いつのまにか自分自身が納得して話すことができるからです。

3) アクティブ・リスニングの仕方

聴き手の表情：話し手がリラックスできるように聴き手がまずリラックスして、穏やかな表情をしてください。

視線：視線は話し手の目に向けることが勧められますが、人によっては見つめられると緊張する人もいます。そのような場合は同じ方向を向くように座るといいでしょう。

手と腕：手で頬杖をついたり、腕を組んだりしてはいけません。これはつまらない話を聞いてやるという姿勢です。自分の膝の上に置くのがよいでしょう。

相槌：必要に応じて、「そうか、なるほど」とか「わかる」など同意している意思を伝えましょう。あるいは「それで、それで」とか「それからどうなったの」とか言い、話の進展を促しましょう。またときにはうなずくだけでもいいでしょう。

確認：内容を正しく理解しているかどうか、聴き返したり、内容を整理したりして、確認しましょう。

●エクササイズ1 グループレッスン

4、5人のグループを作り、ひとりずつ自己紹介をしてください。その際、失敗談を付け加えるようにしてください。失敗談を付け加えると親しみを与えやすくなります。アクティブ・リスニングをして、話し手の人柄を引き出せるように、たくさん話ができるようにしてあげてください。アクティブ・リスニングの効果がはっきりするよう、ひとりだけ携帯をみたり、きょろきょろしたりして、全く聴く態度を取らないようにしてみてください。ひとりでも聴いてくれない人がいると話しづらいものです。また、人の話を聴こうとしない人の心理も考えてみてください。本当に関心がないから聴こうとしないのか、会話の輪に入れたいから携帯を見たり、よそを見たりするのか、等々です。

●エクササイズ2 ペアレッスン

ペアを組み、次のトピックのうち一つないし二つを選んで、話し手、聴き手に別れ、聴き手はアクティブ・リスニングをしてみましょう。

- トピック
- ・高校の時の一番の思い出は？
 - ・どうしてこの大学を選んだのですか？
 - ・ひとりでいるときは何をしていますか？
 - ・一番楽しい思い出は？
 - ・一番悲しい思い出は？
 - ・将来の夢は？

●エクササイズ3

講義科目の授業中、なるべく一番前の席に座り、アクティブ・リスニングをしてみてください。みなさんご存知でしたか？ほとんどの大学の教員は教育実習を受けていません。採用時には研究業績が審査されますが、授業のうまい下手が審査されることはほとんどありません。ですから、講義が下手で話すのが苦手な教員もいるのです。そのような教員の前でアクティブ・リスニング（講義中ですから「なるほど」とか「それで、それで」といっ

た合の手は適切ではありません) をすると、教員はあなたの方に視線を向けて、講義に熱をいれることでしょう。

② ノートテイキング

1) パッシブ・ノートテイキング

目的

- ・整理しながら記録することで、講義内容を把握できる。
- ・疑問点を挙げられ、そこから新たな探究が始められる。
- ・集中力を高めて、聴くことができる。

タイプ別ノートテイキング

① プレゼンテーション・スライド提示タイプ

- ・プレゼンテーションのスライドをすべて縮小して印刷し、配布してくれるのなら、ノートをとる必要はない。自分自身が重要だと思ったことをマーカーなどで下線を引いたり、自分のことばで要約したりするだけでよい。
- ・画面提示だけの場合は、各スライドの見出し、要点をノートする。

② ハンドアウト（レジュメ）配布タイプ

- ・ハンドアウトには要点がまとめられているため、補足事項や疑問点などを配布されたものに記入する。

③ 板書タイプ

- ・すべてを書き写す必要はない。講義内容の筋道がわかるよう項目を立て、その項目の説明内容をまとめるようにしてノートをとる。

④ 講演タイプ

- ・キーワードを見つける。講義内容の展開がわかるようキーワードを関連づける。同時に専門用語や難解な表現を別欄に記入し、自分で調べられるものは後で調べ、そうでないものは直接教員に質問する。

2) アクティブ・ノートテイキング

目的

- ・講義内容を人に伝えられるようにする。
- ・自分自身のことばで要約することによって、理解を深める。
- ・疑問点を明らかにし、それを究明する。

目的別ノートテイキング

① 伝達タイプ

伝えたり、教えたりすることを前提に講義を聴くと、自分ならどのように講義するかを考える必要性が生じます。すると実際の講義では説明が不十分なところや論理の飛躍があるところなどがわかってきます。そこを教員に質問したり、自分で調

べたりすることで内容の理解が深まります。

② 要約タイプ

教員が用いることばをそのままメモするだけでは十分理解できていないことがあります。専門用語を含め、教員が用いたことばを自分のことばで置き換えることによって、内容を咀嚼し、記憶に留めやすくなります。

③ 疑問究明タイプ

事実関係をメモするのではなく、なぜその事実が起こったのか、その影響はどのようなものだったのかを考え、それを究明すべく、教員に質問したり、自分で調べたりします。それによってはじめて学問の探究が始まるのです。

● エクササイズ 4

インターネットに接続し、右下の QR コードを読み取り、「教養はなぜ必要か」というミニ講義を聞いて、以下の空欄を埋めてノートを完成させましょう。



教養はなぜ必要か

1. 教養とは？

・教養の意味

人格に結びついた知識や行いのこと。種々の学問や、芸術および精神修養などの教育、文化的諸活動を通して、物事に対する理解力や創造力を高め、品位や人格の形成に資するもの。

・語源

ギリシア語：パイディア＝「子供が教育係に指導されて身につけたもの」

英語：()＝「粗野な状態から耕された、人の手を経たもの」

ドイツ語：()＝「つくりあげるもの」

・歴史

古代ギリシア — 奴隷でない自由人が、哲学を学ぶための準備として文芸や幾何学などを学ぶ。

5、6世紀には宗教、哲学を学ぶために、リベラル・アーツ、自由七科（文法・修辞学・論理学、算術・幾何学・天文学・音楽）が体系化される。

13世紀以降の西欧 — 大学でリベラル・アーツが教授される。

今日 — 人文科学・社会科学・自然科学から成る一般教育、()が

行なわれる。

2. 教養は虚学か？

- ・()：実践、実利の学問、科学、法律学、医学、経済学、工学の類。
- ・()：実学の反対、空理、空論。
- ・現在は()の時代：科学の進歩、経済の効率化によって、物質的豊かさを追求する時代。個人はよりよい生活を求めて、競争し、勝利を収めるために、よりよい大学で学位を取得し、実利が見込める資格を修得する。
- ・()の時代が到来：高度な知識や経験を必要とする仕事を()が担う。()にはないもの＝()→人間性を育成する教養が必要。

3. 教養の必要性

- ・人格を育成する。
- ・()
- ・()

●エクササイズ 5

財務省のホームページにある「日本の財政を考える（1）わが国の財政の状況」を視聴し、ノートを取りながら、なぜ日本は世界最大の財政債務を抱えているのかを理解しましょう。

●エクササイズ 6

次のノートの記載事項を指示に従って、アクティヴ・ノートテイキングで書き直してみましょう。

バウハウス

歴史

1919年：ワイマール共和政時期のドイツのワイマールに工芸学校と美術学校を合併して「国立バウハウス・ヴァイマール」が設立される。

*1 バウハウスがどのような状況で設立されたのか？

ヒント：第一次世界大戦、機械製造、アーツ・アンド・クラフツ運動

1925年：ワイマールのバウハウスは閉鎖され、デッサウに移転。

1932年：デッサウ校が閉鎖され、ベルリンへ移転して私立学校になった。

1933年：ナチスにより閉校。

*2 なぜナチスはデッサウのバウハウスを閉鎖したのか？

ヒント：反ユダヤ主義、バウハウスで生産される製品が既成の製品と競合

- 1937年：モホリ＝ナジがシカゴにニュー・バウハウスを設立する。財政難のため、一年で閉校。
- 1939年：シカゴデザイン学校（School of Design Chicago）として再開
- 1944年：拡大しデザイン研究所（The Institute of Design）となる。
- 1949年：モホリ＝ナジの教育方式が、イリノイ工科大学（IIT）に引き継がれた。
- 1996年：建築、土木工学、アート＆デザイン、メディアの四領域を有するバウハウス大学が設立される。

特徴：合理主義的・機能主義的な芸術を指標。

工芸・写真・デザインなどを含む美術と建築に関する総合的な教育を行う。

14年間の開校期間で現代美術、デザイン、建築などに大きな影響

教員：ヨハネス・イッテン、ワシリー・カンディンスキー、ピエト・モンドリアン、ミース・ファン・デル・ローエ、モホリ＝ナジ他

*3バウハウスとは要するにどのような学校だったのかを自分のことばでまとめてください。

3 質問力

1) 質問することの意義

- ・理解していることと理解していないことを明確にすることができる。

当たり前と思って見過ごしていたことが、実は重要な疑問をはらんでいたということはよくあります。古代から現在に至るまで多くの学者や研究者が取り組んできた疑問もたくさんあります。たとえば、「無とはなにか」、「死後の世界はあるのか」といった疑問は量子物理学や宗教哲学の領域で扱われてきましたし、「デザート用の別腹は存在するのか」とか「キムチを夜食べるとなぜよく眠れるのか」といった雑学に類する疑問も、調べれば答えは得られるものです。知的好奇心を持ち、何でも疑問に思っ、探究することが「できる学生」の姿勢だといえるでしょう。

- ・質問の答えを得て、納得するか、あるいはさらに疑問を抱き、問題をより深く探究することができる。

答えは必ずしも一つとは限りません。答えを得て、まずすべきことはその答えが本当に正しいかどうかを疑うことです。他に答えがないかどうか検討することも忘れてはいけません。

- ・発話内容に関心を持っているということを伝えることができる。

質問することによって発話内容以上の話を聴きだすことができますことがあります。相手の発話に対して質問することは、相手の発話に関心があることを示す意思表示の一つでもあります。特にプレゼンテーションの時などには、積極的に手を挙げて質問しましょう。

2) 問いの選別

- ・自分で探することができる問いと学問的問いを選別する。

・個人的問いから普遍的問いへ展開する。

「中国人留学生陳さんはなぜ日本を留学先を選んだのか」という問いを「中国の若者の日本観・日本人観はどのようなものか」へと展開させて、答えを導きだせるかどうかを考えてみましょう。

● エクササイズ 7

日常的に疑問に思っていることを列挙し、なぜそれを疑問に思うようになったのか、その経緯も書いてみましょう。

● エクササイズ 8

講義科目の授業で、ノートを取りながら、疑問に感じた点を書き、自分では調べることができそうにないことを教員に質問してみましょう。

● エクササイズ 9 グループレッスン

4、5人のグループを作り、ひとりひとり自分の好きなもの、得意とすることを紹介し、他の人たちはそれぞれ発話者に質問し、さらに興味深い話を聴きだしましょう。

● エクササイズ 10 クラスレッスン

プレゼンテーション中に質問事項を考え、終了後、プレゼンテーションの内容を評価した上で、質問してみましょう。