

**8月28日（土）13:00～14:30**



## 「ウェルビーイング × 対話」 × ことばの教育

— 対話を通して幸せな心の状態 (well-being) を育むワークショップ —

荻野雅由 (カンタベリー大学)

石垣真帆・金澤真奈・木村亜貴・齋藤みずほ・坂口真実子・佐橋啓空 (一般社団法人ウェルビーイングデザイン認定ファシリテーター)  
小川靖子 (国際交流基金ジャカルタ日本文化センター)

みなさんのこれまでの教育実践のキーワードは何でしょうか。そして新たにどんなキーワードを加えたいですか。世界がコロナという前代未聞のウイルスと闘っている2020年12月、世界は「風の時代」に突入したと言われ、21年のダボス会議では「グレートリセット」がテーマとなりました。私たちは見えないものに価値を置き、すべての社会システムを再構築する時代に生きています。技術革新で産業が栄えた「土の時代」は「所有・固定・安定・組織・成功」など物質的な価値観が大切とされていました。しかし「風の時代」では「体験・共有・流動・仲間・成幸」など精神的・内面的な価値観へのシフトが指摘されています。

この時代におけるキーワードの一つとして、「持続的な幸せ」「身体的・精神的・社会的に良好な状態」を意味する「ウェルビーイング」が挙げられます。シリコンバレーの先進企業が導入した、社員の「幸福」の向上を専門とする Chief Happiness Officer (最高幸福責任者) が日本でも注目を集めています。私が在住するニュージーランドでは、「国民の幸せは国の義務」として「ウェルビーイング予算」を世界で初めて国家予算に組み込みました。

応用言語学においても、2016年以降は「外国語教育・習得研究におけるポジティブ心理学の開花の時代」(Dewaele ほか 2019)と言われ、セリグマンによるウェルビーイング理論では、幸せを構成する要素=PERMA (Positive Emotion ポジティブ感情、Engagement 何かに没頭すること、Relationship 豊かな人間関係、Meaning 人生の意味や意義、Accomplishment 目標達成) が提唱されました。さらに第二言語習得研究者の Oxford (2016) はこの5要素を語学学習に発展させ、EMPATHICS を提唱しています。

今回のワークショップでは、ウェルビーイング、そして語学教育の接点について概説し、ウェルビーイング・ダイアログ・カードを利用した参加者間の対話を行います。カードにはさまざまな「問い」(質問)が書かれています。その「問い」についての対話は、自己内省や他者洞察を促し、これまで意識していなかった価値観や教育観、そして新たなトキメキを浮かび上がらせるかもしれません。

ワークショップの目的は、ことばの教育でつながる人たちが、ことばや教育についてではなく、ウェルビーイングについて対話する場を提供することです。また、ことばの教育に携わる私たち自身がウェルビーイングについての理解を深め、自分のウェルビーイングを高めていくことは、これからの教育を切り拓いていくためにも大切なことであると思われます。

自分のウェルビーイングを見つめ、他者との違いや共感を得るおだやかな対話の場をみなさんと創造・共有できることを願っています。

### 参考文献

Dewaele, J., Chen, X., Padilla, A. M., & Lake, J. (2019). The flowering of positive psychology in foreign language teaching and acquisition research. *Frontiers in Psychology*, 10, 2128-2128. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02128>