

大学ゼミにおける『サイバー自習室』実施報告

Report on the Implementation of "Cyber Self-study Room" in a University Laboratory

高橋操^{*1}, 小黒純^{*2}, 中野裕司^{*1}

Misao Takahashi^{*1}, Jun Oguro^{*2}, Hiroshi Nakano^{*1}

熊本大学^{*1}, 同志社大学^{*2}

Kumamoto University^{*1}, Doshisha University^{*2}

＜あらまし＞ 『サイバー自習室』は、独習者が独習タスクを持ち寄って Zoom 上に集い、独習ペースを「Pomodoro Technique」で同期させながら、各自の目標達成を共に目指す仕組みである。既に社会人独習者の活用において一定の効果が認められており、本研究では大学生を対象に実施を試みた。結果として、「独習の開始・継続の妨げとなるもの（SNS閲覧など）からの抑止」や「集中力維持」など、独習を促す効果があるという肯定的な評価が得られた。

＜キーワード＞ サイバー自習室, 独習, Pomodoro Technique, Co-presence, 大学生, ゼミ

1 はじめに

独習の開始・継続を妨げる要因や心理的負荷を軽減し、学習目標を達成する一つの方略として、『サイバー自習室』と名付けた独習を支援するシステムの開発に取り組んでいる。

2018 年頃より YouTube で「Study With Me」と検索すると、人々と勉強している自分の姿を公開する、多種多様な動画を閲覧できるが、『サイバー自習室』はこれらよりシステム設計の発想を得ている。既に社会人独習者を対象とした形成的評価を複数回実施し（高橋ほか 2022）、『サイバー自習室』が独習意欲向上に効果あることを明らかにした。本稿では、オンライン上の『サイバー自習室』でのみ交流が行われる社会人独習者とは異なり、日常的に教室などにおいて対面で集う機会がある大学生を対象とした事例について報告する。

2 サイバー自習室とは

『サイバー自習室』とは、独習者がそれぞれの独習タスクを持ち寄って Zoom 上に集い、独習ペースを「Pomodoro Technique」に従って同期させ、Co-Presence を醸成させながら、独習コミュニティとして、各自の学習目標達成を共に目指す仕組みである。（図 1）。「Pomodoro Technique」は、タイマーを利用した時間管理術で、25 分の独習タイムと 5 分の休息を合わせた 1 セットを「ポモド

ーロ」（以下、ポモ）と呼び、このセットを繰り返す。進行役の「主催者」と、そこに集って各自のタスクに取組む「独習者」とで構成される。主催者は「ポモドーロタイマー」を Zoom で共有し、独習時間を管理する。さらに 5 分休憩時や切断前に、独習者同士の交流を深めるシェアタイム（独習進捗や気づきについて語り合う）の進行を務める。

3 大学ゼミにおける『サイバー自習室』実施状況

社会学系の大学ゼミに所属する 4 年生 14 名を対象に『サイバー自習室』を試行した。実施方法として、社会人向けに用いられているフリースタイル方式を流用した。

フリースタイル方式とは、2021 年 1 月より実運用として現在も継続しているもので、独習者が独習したいタイミングに『サイバー自習室』専用 SNS に開室日時とポモ回数を投稿し、主催者として、共に独習する仲間を募る方式である。参加者の入退室は自由である。

ただし、今回の大学ゼミでは、全員に対し週ごとに主催者を割り振り、各自で開室可能な日時を共有のスプレッドシートに予め投稿することとした（図 2）。

前期授業期間と夏期休暇中（2022 年 5 月 27 日～9 月 20 日）に 13 回開室した。

各自の利用回数は 1～7 回に分布、3 回の利用

が6名と最も多く、次に4回が4名、2回が2名、1および7回は1名という結果となった。

積極的に活用されるとまで至らなかつた要因として、アンケート回答や個別のヒアリングなどを総合的に判断すると、次の4つのことが考えられる。

1. 『サイバー自習室』を初めて利用したにも関わらず、ポモタイマー準備や5分休憩時の進行役など、主催者の役割が心理的負担になつた。
2. 日常的に大学で顔を合わせているのに、課外でもオンラインで集う意義を見出しつくつかった。
3. 全員の都合が合う日時が無く、開室が不定期であったため予定が組めず参加し辛かつた。
4. 4年生が対象であったため、就職活動や教育実習など多忙であり参加する余裕がなかつた。

事後アンケートでは、『サイバー自習室』で取組んだタスクについて、全員が卒論か授業課題を挙げ、社会人独習者の多様なタスクと比較すると、内容が限定的であることがわかつた。

独習効果を選択する回答では「独習の開始・継続の妨げとなるもの(SNS閲覧など)からの抑止」、「集中力維持」が高い評価を得た。また、夏期休暇中は学生主体で8週連続にわたり開室されたことや、自己評価では「『サイバー自習室』以外でも「Pomodoro Technique」を使って勉強した」、「独習のきっかけとなり『サイバー自習室』終了後も続けて学習をした」「ゼミ仲間以外ともZoomを繋げて勉強をした」「勉強をする意識付けになつた」など、独習効果を体感できたとする前向きなコメントが多かつた。

4 改善策と今後の展望について

以上の結果を踏まえ、次年度における『サイバー自習室』のより円滑な運営と、参加者数および参加頻度の拡大に向けた改善策を検討した。

まず、継続的な開室の対策として、『サイバー自習室』に習熟した経験者が主催者を担当し、ポモタイマー管理のほか休憩時間やシェアタイムの進め方を大学生独習者に示しながら、段階的に

学生が担当できるよう促す。さらに毎週の定期開室日を定めるほか、参加対象を大学院生や4年生以下の学部生にも広げる。

これら改善策の副次的効果として、『サイバー自習室』を通じた課外の集いが、学年の垣根を超えた学生同士の交流、学び合いの場として機能することが期待できる。また、Microsoft Teams 上に専用のチームを準備し、全体連絡や独習に関する Tips の情報共有ツールとして活用する。さらに、既に社会人向けでは効果が認められている、独習タスクの達成度や、それに対するコメントの投稿についても主催者が呼びかけるようにする。

『サイバー自習室』全般に関しては、専用の WEB アプリ開発、そして『サイバー自習室』で何を何故、独習するのかを語り合う「ナラティブプログラム」を推進したいと考えている。

参考文献

高橋ほか（2022）Co-presence と Pomodoro Technique を活用し独習を支援する『サイバー自習室』の開発と評価. 第 41 回 JSET 秋季全国大会講演論文集 177-178

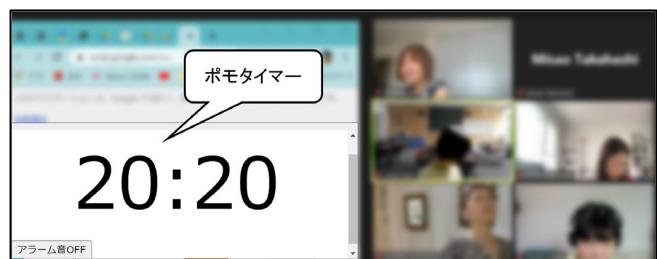


図 1 『サイバー自習室』の独習風景

開室予定		結果記入欄：当日の参加者の氏名と入室時間 記入例：2P(10:30) ◆各自で記入、田尚浩がチェック						
日	開室日 終了日	開室日 (曜日)	開室時間	ZOOM リンクコードは不要です。申報書の設定期の内で	(10:30)	(10:30)	(10:30)	(10:30)
1	明治日 朝日	5月27日 (金)	10:30-11:30		P			
2	明治日 朝日	5月28日 (土)	22:00-23:00					P
3	明治日 朝日	5月29日 (日)	21:00-22:00		P			P
4	明治日 朝日	5月30日 (月)	11:00-12:00		P			P
5	明治日 朝日	5月31日 (火)	21:00-22:00		P		P	P
6	日 月	開室日 (火)	開室時間					
7	日 月		08:00- 11:30		P	P	P	P

図 2 開室日予定と主催および参加ボモの記入表(スプレッドシート)