

**学生のモチベーションを上げ  
自律的学習習慣を確立させるには**

松尾 理

近畿大学 名誉教授

## 寄稿

# 学生のモチベーションを上げ 自律的学習習慣を確立させるには

松尾 理

近畿大学 名誉教授

キーワード：モチベーション理論, 自己実現欲求, 自律的学習習慣, 生涯学習, 目標設定理論

## 要旨

学生が自律的に勉学をする習慣をつけることは、卒業後生涯学習者になるために必須である。その際指導教員が学生指導を効果的に行なうため、主なモチベーション理論を理解しておく必要がある。外発的モチベーションと内発的モチベーション、内容理論と過程理論、モチベーションの3系統などについて理解しておくこと、学生の行動の理由が分かり指導しやすい。さらに学生の入学時の自己実現への意気込みを言語化しておき、いつでも意気込みを再確認すると学生指導の効果が上がる。熱き思いを持って入学した学生には対応策を講じやすいが、なんとなく入学した学生は勉学に対するモチベーションが低く、特別な対応策が必要である。人生の最終目標として、自己実現のための目標設定をする際、目標設定は学生本人がすべきであり、また内発的モチベーションは学生本人の自らの心から湧き上がるものなので、指導教員としては城の本丸ではなく、本丸を取り巻く外堀の工事を手伝う気持ちが望ましい。人生の目標設定の際、目標が明確であり、目標達成へのプロセスが明瞭で、達成可能で合理的であると、学生も取りかかりやすいし、教員もサポートしやすい。また、学生の学年進行に合わせて、各学年での大学の行事と関連して学生の自己実現欲求を指導教員とともに reinforce し、内発的モチベーションを確認すると学生指導が完成することになる。換言すれば、指導教員は人生の伴奏者として内発的モチベーションを確認できる指導を行えば、学生が自律的学習を自発的に継続するとともに、学生と教員との間の絆の形成に繋がる。

## I 教員からみた学生の状況

普段から学生の行動をみて、いろいろ心配のタネを感じておられる先生方が多いでしょう。例えば、講義への出席率、学業成績の程度、クラブ活動への入れ込み具合、友人関係でのトラブルの有無、アルバイトや日常生活のことなど、心配の数は数えれば切りがないでしょう。

一方で、学生の間でウワサになっているような話を聞かれたことがあるでしょう。例えば、講義のプリントだけで、全ての試験を通り、国試も合格した学生の話、試験前にクラスメートの部屋で合宿して直前勉強した学生の話、クラブの先輩から過去問を貰って安心し、試験を通った気になった先輩（試験に落ちてた）の話、講義の時によく寝てクラブの練習に備えた学生の話、出欠を取る時だけ講義室に来る学生の話、あるいは試験の日に大学に来なかった学生の話など、良い話も悪い話も真偽は別にして、様々な話が飛び交っています。これらの事に日常的に接しておられる教員は少ないでしょう。

特に、試験前の学生間でのウワサは、出所不明（と言うより誰がそのウワサを流したか）のものばかりですが、それを信じる学生がいるのも事実です。例えば、〇〇が出る、実習の時に通してやると言われた、あの先生は相当数落とす、過去問と同じのが出る、△△クラブは睨まれているから落とされるなど、教員や科目名をつけて拡散しているので、不安な学生はウワサに飛びつきます。

翻って、学生の入学目的（動機）を思い出させてみて下さい：良き医療従事者になって病める人を救いたい、国境なき医師団に入って途上国や災害地で貢献したい、保護者が医療関係者なので入学した、両親あるいは高校（予備校）の先生の勧めで入学した、あるいは何となく入学したなど、様々です。熱き思いを持って入学した学生は、対応策を講じやすいのですが、なんとなく入学した学生は勉学に対するモチベーションが低く、対応策が不発になりやすい傾向にあります。仮に崇高な意識を持って入学した学生でも学年進行で年々その意識が劣化していくことを認識しておく必要があります。

指導教員として受け持ち学生について、次のことに答

えて下さい：

- ・受け持ち学生の人生目標を知っていますか？
- ・彼の友人の名前を5人以上言えますか？
- ・5人の友人の人生目標を言えますか？
- ・5人の友人との関わりは、なにですか？
- ・5人の友人の性格を知っていますか？
- ・受け持ち学生の日常の生活を知っていますか？
- ・受け持ち学生の直近の出席率を知っていますか？
- ・受け持ち学生の先輩を5人以上知っていますか？
- ・受け持ち学生の後輩を5人以上知っていますか？

これらについて、十分言える指導教員は普段からこまめに指導されていて、学生の心に深く根差した指導をされておられます。もし、本稿の読者としての教員が、あまり答えられない、あるいは言えないとしたら、学生指導の考え方を改めて貰った方が良いと思われれます。

上記の設問の表現を変えると、次のように言えます：読者としてのあなた（指導教員）とその指導学生との間に心の交流がありましたか？ さらに換言すれば、相互に自己開示してきた交流の歴史がありますか？ この自己開示を相互にすることによって、学生の内なる心を理解できるようになります。学生との面談で、勉強しているか？とか、クラブばかりしているのでは？と言う内容の質問で問い詰めると、心が開かず本心が分からないままになってしまいます。指導教員は、人生の先達として、生きる見本のような行動を学生に見せて下さい。

今、医療の世界で望まれていることは、医学、医療の進歩を把握し、患者さん（利用者さん）に最良の医療が提供できる方略を知っている事であり、その結果として患者さん（利用者さん）の満足度が高まることです。ですので、学生は生涯学習者になることが必須です。つまり、学生のうちに生涯学習習慣を確立しなければならないのです。これが医療・福祉の世界で働く人たちに社会が望んでいることなのです。この点を理解すれば、学生に試験のための勉強あるいは、国試のために勉学を強制するのは、本末転倒であることは自明の理です。

## II モチベーションとは

生涯学習習慣確立のためにモチベーションを上げることに話を進めましょう。モチベーションに類似の言葉として、動機づけ、やる気、意欲、がんばり、原動力など、いろいろありますが、いずれも人の行動を起こす元になるものを指しています。人は大学（職場）、家庭、社会のなかで、中々習慣性行動を変えてくれません。例えば、健康に悪いと分かっている禁煙できないのは、その典型的な例です。甘い物の食べ過ぎ、ファーストフードばかりの食事など、習慣性行動を改めるべきことはあちこちにあります。

それでは、人はなぜ習慣性行動を変えないのか、あるいは変えられないのか、考えてみましょう。その背景に、勉強を始め、食事、嗜好、ギャンブルなど習慣性行動への対応の中に、①類人猿から人類への歴史を踏まえている、②脳の活動を反映している（未自覚の報酬系が作動している）などがあり、行動変容を阻害しているとの説明です。しかし、大学では学生に生涯にわたる学習習慣をつけねばならないのです。これが、指導教員の最も大切な業務です。

行動が習慣になっていくマザーテレサの言葉を紹介しておきます<sup>1)</sup>：

思考に気をつけなさい。それはいつか言葉になるから。  
言葉に気をつけなさい。それはいつか行動になるから。  
行動に気をつけなさい。それはいつか習慣になるから。  
習慣に気をつけなさい。それはいつか性格になるから。  
性格に気をつけなさい。それはいつか運命になるから。

まず、モチベーションについて学びましょう。

### A 外発的モチベーションと内発的モチベーション

#### ◎外発的モチベーション

比較的理解しやすい内容で、目の前にぶら下がったニンジン（報酬）を目がけて馬が走る状態です。〇〇をしたら、XXをあげる方式（アメとムチ）<sup>2)</sup>で、先生方が講

義の時、「ここ試験に出すから覚えておきなさい」と言うのが該当します。これによって、学生の勉強行動が起こりますが、「試験済んだらすぐ忘れる」、「指摘したこと以外の勉強をしない」と言う欠点に気づかれている方も多いでしょう。

この外発的モチベーションの致命的欠陥は、学生本人が自ら勉強しようと言う意欲（内発的モチベーション）を失わせる点であり、さらに創造性をむしろむしばむ問題点もあります（報酬に関係ないことを無視する）。トータルとしてマイナス効果（アンダーマインニング効果と言われます<sup>3)</sup>）になります。また、集団あるいは課題によっては、かえって成果が上がらなくなったり（好ましい言動への意欲を失わせる）、ごまかしや近道、倫理に反する行為を助長したりします。その上、行動を刺激するニンジン（報酬）に依存性があり、短絡的思考を助長することも問題です。つまり、現在の報酬とそれをもたらすであろう行動のみに関心が集中してしまいます<sup>4)</sup>。

#### ◎内発的モチベーション

上記の外発的モチベーションとは逆に自らが主体的に行動を起こすものになるものが内発的モチベーションです<sup>5)</sup>。つまり、学生の行動が教員からの圧力・指示で促されているのではなく、その学生自身の内なる心が望まれた行動を惹起している時、「その人は内発的モチベーションで行動している」と言います。換言すれば、内なる心から湧き上がるやる気で、我を忘れて熱中している状態です。時間経過を忘れて、また熱中していることに全ての意義を感じて、内から生じる自分自身への報酬に満足できるのです。これは、フロー経験（flow experience）とも言われ、忘我の境地に入っていて、創造性につながります。

この時の感想として、医療関係者からのアンケートには「患者さんの笑顔を見て、うまくいったと実感した」、「介護職を通じて成長したなと思った」、「仕事にやりがいが出てきた」などと書かれています。

内発的モチベーションを上げたいけれども、外部からその人の「内なる心の奥にある」と思われる内発的モチベーションを刺激できないことが難問（モチベーションのジレンマ）です。と言うのは、外部からの刺激、誘導、指

示、圧力などでモチベーションを上げたとしても、それは外発的モチベーションになってしまうからです。

そのため、指導教員など上位の人は、学生などの下位の人の内なる心にどうアプローチするかが、今問われていることなのです。すなわち、学生の行動が、やらされ感でやらされているのではなく、その学生の生き様として人生の目標に合致した方向に生きるために、その学生自らが自発的、自律的に引き起こした行動であることが望まれます。そちらへ向けさせている力が内発的モチベーションだからなのです。学生の内なる心に火を灯すのが、指導教員の最大の役目です。

この内発的モチベーションを上げるため、学生が「自分は有能だ」という自覚を持ち、さらに「自分のやりたいことを自発的・自律的に自分で決定している」という意識を持ってもらうことがキーになります。これが出来れば、生きる目標達成のための最初のステップが出来たこととなります。それが出来た学生は生涯を通して目標達成のプロセスを確認しながら、次のステップへと、向上していけます。これが生涯を通じて継続していくと、人生の満足感が高まり、達成感に満ちた生涯を送れることとなります。

このような状態に指導対象の学生がなってくれば、教員として本望でありましょう。そうなるために、学生と普段から心の交流を持っている必要があります。割り当てられた学生の指導担当になったのだから指導しているのだという気分では、学生は乗ってきません。

## B 内容理論と過程理論

### ◎内容理論：

モチベーションの内容理論には、人は①何かを達成したい達成欲求、②人と仲良くしたい親和欲求、ならびに③人に影響力を振りたいと言う勢力欲求が含まれています。すなわち、人が持つ欲求や動機の中身を記述する理論だと言われています。この三大欲求が満たされたとき、内発的モチベーションが促進されます。

学生で言えば、例えば難しい国試に合格した時、喜びを家族や同僚、友人、知人などと祝いたいのです。その

時、学生の周りで一緒に喜びを分かち合う人が居るという事で、学生は自分自身の社会的存在を確認できます。達成動機が喚起されやすいのは、国試のように学生の努力と能力次第できまり（運、不運ではなく）、その結果が合格か不合格かと、明確に峻別できるような状況です。

### ◎過程理論

モチベーションが喚起されるプロセス/メカニズムを言うもので、期待理論とも言われます。ブルームが公式化した期待理論は「人間は主観的な期待価値を最大化した結果を予測して行動する」という仮説です<sup>6)</sup>。つまり、人間がどうやって動機付けられるのかという「過程」に着目し、人間の行動は、①どこまでやればよいかの限界値が明らかで、②どうすればよいかの戦略が必要十分であり、③達成した目標の成果が魅力的であれば、その目標に向かって動機付けされるという考え方です。①②③を掛け合わせたものが大きいほど、モチベーションが高まるとされています。

この期待理論の最大の特徴は、モチベーションには対象物の魅力度や自分が思い描く可能性といった人間の認知が深く関わっていることを包含していることです。この点からも、モチベーションを考える際には個人差を考慮する必要があります。

## C モチベーションの3系統

### 第1系統 緊張系

人の行動を理解するとき、目標と現実との差が大きく作用していると言う考え方です。例えば、目標（レポート提出）に対して、現実には全く出来てない状態の時、慌てふためいてレポート作成に取り掛かろうとするような状態です。目標と現実との間のズレが行動を駆り立てる原動力になるのです。

### 第2系統 希望系

人は夢と希望があれば、少々の苦勞をいとわない。人生をどう生きるか、その目標、意味、あるいはロマン、な

りたい姿などを心に描ければ、歩み続けることができます。特に人の行動を起す欲求のうち、後述の自己実現欲求をしっかり自覚してくると、それに向かって弛まなく努力をし続けることができます。

こういう人の行動特性を学生の勉学指導にあてはめ、より良い医療人になるためには勉学が必須で、十分意味のあることだと学生に分かってもらうことが大切です。そうすると、学生が自ずから勉学に取り組み、未来のこうありたい姿に一步一步近づく努力をします。このままでは国試が危ないなどの目先の危機感に訴えることよりも、学生の人生設計を見据えて自己のなりたい姿を確認する指導の方が効果的なことは、言うまでもありません。この場合の心の中に浮かぶ将来像を指導教員が確認するだけでも効果がでできます。

### 第3系統 持論系

上記2つ、緊張系と希望系とをどちらか一つで人生を生き抜くのは、むずかしいものです。生きていることは、絶えず外界からの刺激があり、揺り動かされています。希望系が優位な時期もあれば、時には緊張系が優位になって慌て騒ぐ時もあります。だから、緊張系と希望系がいろいろ織り交ざっているのが、人生ではないでしょうか。つまり、持論系とは、自分が人生の主人公で、自分で全てのことを決める。希望系と緊張系とが、いろいろ織り交ぜて人生の時間が流れて行く時の生き方を言うものです。

学生生活も同様で、調子の良い時もあれば、だるい時もある。試験が近づいてきているが焦るばかりで全く勉学が身につかない時や、やる気満々で世界一の医療従事者になるべく気合十分な時もあるでしょう。指導教員は学生の顔を見ただけで、学生の状態が分かるようになっていると、心に届く指導が出来るようになります。そこには、普段から学生からの信頼関係が必須です。この信頼関係を構築するのが、まず最初のとっかかりです。

## III 教員から学生への刺激

ミラーニューロンがサルの腹側運動前野のF5と言う領域で、手の運動のプロトタイプがあるといわれています。

その後の研究の発展により、他者の動作の視覚的な表象と自己の運動が同じニューロンの上で表現されていることが明らかになり、コミュニケーション、社会的行動などとの関連で注目されています<sup>7)</sup>。特徴は、他人の口や手の動作を観察時に活動し、自らの運動時にも反応している。つまり、相手の脳内で出力されている運動のプログラムや指令を、自己の脳内で再現し自己の動作の内部表象と比較すると言われています。

学生から見た教員の姿、動作が、とりまおさず学生の脳内に反応を起していることから、教員はまさしく生きたモデルなのです。また、コミュニケーションに関連して、共感と言うのは医療従事者にとって非常に大事なことです。ここにもミラーニューロンが関与していると言われています。

つまり、ミラーニューロンは、見たことを再現し、近くで見れば見るほど活動が強くなるし、心理的に近いヒトや尊敬しているヒトの動作は強力に刺激するので、学習効果が上がると言われています。ここで、学生のモチベーションの向上にミラーニューロンの特性を活用すべきなのです。

## IV 自己実現のための目標設定理論

学生によってモチベーションが異なるのは、各学生が持っている目標のレベルが異なるからだという理論<sup>8)</sup>です。目標設定理論では、高いモチベーションが成果を上げさせるのではなく、目標を達成し、それが評価され報酬・賞賛を得ることが満足感を生み、モチベーションを向上させると言われています。この向上したモチベーションによって自己効力感が高まり、一層高い目標が設定されることとなります。

目標設定の際、目標を学生が自分のものとして受け入れることが必要です。そのためには、①設定された目標が達成できるという期待感を抱かせること。②目標がその学生にとって重要であると理解、認識させることが必要です。学生それぞれの個性によって、意義を感じる点(目標)が異なるため、それぞれの学生に合わせて適切な目標設定をしなければならないのです<sup>9)</sup>。学生にとっては

学部生活はそれぞれ個性的であり、非常にバラバラですが、最後の国試合格と言う目標は全学生に共通のものとしてとらえる事ができます。ここに大学全体としての組織文化が学生の目標設定にも影響していると言う認識が必要です。つまり、学生間の風潮のようなあいまいな雰囲気、大学全体の組織文化に影響し、逆に大学と言う組織の文化がその構成員である学生の生き様に影響しあう相互関係があるのです。

それでは、教員としての学生にどのように関わるべきなのでしょう。目標設定は学生本人がすべきであり、また上記のモチベーションの項で述べたように内発的モチベーションは学生本人の自らの心にあるので、指導教員としては、城の本丸ではなく、本丸を取り巻く外堀の仕事を上手に手伝うと言う気持ちで対応すべきでしょう。

目標設定の仕方：目標が明確であり、目標達成へのプロセスが明瞭なこと。それを達成するために選択される手段、アプローチに誤りがなく、それらが効果的、合理的であること。そして、結果が客観的にフィードバックされることや、必要に応じてサポートが得られることが大切です。

指導教員からみて学生の目標を位置づける際、次のことに配慮すると効果が上がります。すなわち、

- ①目標とそれを達成することが、学生自身の成長や職業上のキャリアに重要であることを理解させ、納得させる。
- ②目標の達成と報酬（満足感）が連動している。
- ③目標を達成することへの期待感を示す。
- ④人生での勉学の意義を明確にして、その重要性や貢献度を理解させる。
- ⑤目標を達成することが“学生自身の自分らしさ”が活かせることに繋がることを得心させる。

結論的には、学生の人生目標としての自己実現を達成するために目指すのは次のような好循環といえます。すなわち、学生が目標を設定する ⇒学生が目標を達成する ⇒教員によって学生が評価（後述の承認）される ⇒学生が満足感を得る ⇒学生がモチベーションを向上

させる ⇒学生の自己効力感が高まる ⇒さらに高い目標が学生によって設定される。

このような好循環が形成されることを指導教員がサポートすると、信頼関係が醸成され、学生指導が成功へと歩み始めます。

## V 承認

人にとっては、話の中身より自分の存在を認めてくれたかどうかの方が重要と感じられます。だからこそ、自分を心から承認してくれた人には恩義を感じ、忠誠を尽くすと言うメンタリティが生まれます。学生の心の中にある承認して欲しいと言う承認欲求は、直接的に学生を動機づける場合もあれば、さまざまな形をとりながら内面で行動の原動力になっています。

### 自己実現欲求が優先している状態

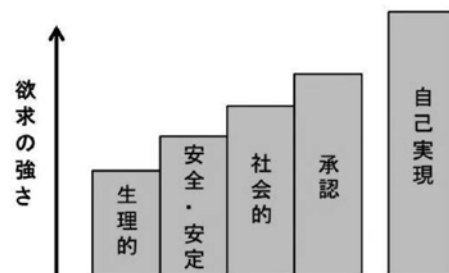


図1 最強の欲求がその時点での行動を決める

人が行動を引き起こすのは、特定時点でいろいろある欲求の中での最強欲求によって決定されると言われています（図1）。そのため、教員から学生へ「承認している」ことを伝えることが重要です。教員の中でも、上位の人（学長や学部長など）が下位の人（助教など）を承認すると、下位の人はやる気ががぜん出てきます。まして、学生においては、指導教員が適切に承認すると、学生の行動が大きく変わってきます。このように教員が学生を承認することは、非常に効果的です。そして、承認を積み重ねることによって、内発的モチベーションが

上がってくるのです。

承認の種類には、いろいろあります。例えば、①存在承認と言うのは、存在そのものを認めることで、ちょっとした変化にも気づき、伝えます。例えば、朝会った時、あいさつで、「○○さん！ おはよう！」と言うのは、その典型的な例です。②行動承認と言うのは、具体的に相手の行動をそのままに認めるので、使いやすい承認です。例えば、「レポートを期日前に仕上げたんだね」、「黒板をきれいにしてくれたね」など、言う方（教員）も言われた方（学生）にも、分かりやすい承認です。③成長承認と言うのは、ある期間観察しておいて、「○○ができるようになったね!」と共に喜ぶ姿勢を出します。これに似たのが④結果承認で、「よくやった!」と結果を承認します。

上手な承認のためのコツを挙げておきます：①行動を具体的に承認する。②期間をあけず、早目に承認する。③心から承認する。④意思が伝わるように承認する。⑤最適な場所で承認する。⑥絶対的な評価で承認する。これらを意識して承認すると高い効果が期待できます。時に、第三者を上手に活用して承認するとも言われますが、その第三者が逆に伝える場合もあるので、人間関係が十分分かるまでは、使用しない方が良いでしょう。

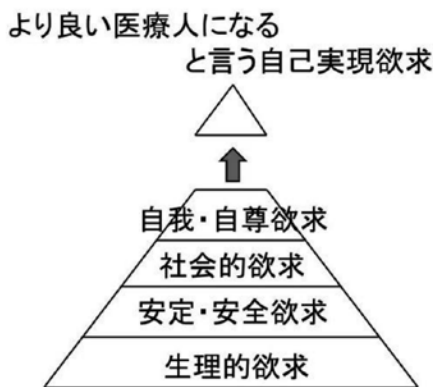


図2 より良い医療人になると言う自己実現欲求

人の行動の説明として、マズローの「欲求階層説」<sup>10,11)</sup>が良く使われています。最下位の欲求が満たされると、一つ上の欲求のために行動すると言う具合です。その時点で、人が必要としている物を満たすための行動なので、

deficiency 欲求になります。下位4種の行動はそのように説明できるのですが、最上位にある自己実現欲求（Self Actualization Needs）は、その人が人生でどうあるべきか、あるいはどうありたいかを問う欲求です（図2）。換言すれば、人生の目標であり、生きている意味なのです。つまり、その人の有する可能性を最大化して実現しようとする欲求であり、「人は、成り得るものに、ならなければならない」のです。

この「自己実現欲求」に承認が必要であることは、あまり知られていません。人間は社会的な動物であり、承認は社会関係、人間関係のなかで行なわれます。そもそも人間には他者からの承認によって自分を確認できるという他者依存的、受け身的な側面があります。とりわけ他人の目を意識し、周囲との人間関係を重視する日本人にとって、自分を肯定し、確認するためにも「他人からの承認が欠かせない」のです。学生が学ぶ目的や生きがいに気づくと、成長や自己実現が達成しやすくなります。この状態を補完しサポートするのが、承認です。生涯学習習慣の確立のために、承認は大切なスキルです。

生涯学習習慣を打ち立てる原動力は、学生が内発的モチベーションを高めることですが、指導教員は学生の学業や日常生活などで見られた特徴、貢献などを本人に正しく評価して伝達してやる事がポイントです。その時、できるかぎり具体的な事実や客観的な情報に基づいて、褒めたり、認めたりすることが効果的です。そのため、普段から学生への目配り、気配り、心配りが絶対必要なことは言うまでもありません。

## VI 内発的モチベーションを上げるスキル

行動承認<sup>12)</sup>の実践に向けてスキルを簡単に説明すると、次のようになります。

### ○レベル1 あいさつ代わり

「今日もはりきっているね」、「元気そうだね」などと声をかけ、関心があることを学生に示します。

### ○レベル2 日常的なことを評価し、承認したいとき

「今日も遅刻しないで来てくれたね!」、「さすが気が利



くね!」など、学生の行動に合わせて、タイミング良く簡潔に承認します。

○レベル3 週に1回、きちんと時間をとって話を聞いてから、承認する

「先週の試験通ったんだって! よくやった!」など、注目値する結果や努力を承認します。その時、最後に教員が喜びや嬉しさを言葉にすると、効果がさらに上がります。

○レベル4 月に1回、行動とともに承認する

「良くやった!」と肩をたたきながら難しい課題をこなした時に言います。その時は、過去1月のなかで、最大の評価をすべきことを選んでおくのが、コツです。

○レベル5 半年~1年に1回、関係者の前で盛大に承認する

「CBTに良い成績で通ったね! おめでとう! 私も大変うれしいよ!」などと、関係者全員が賞賛の眼差しを送ります。そして、その場面の記念写真を撮っておき、何か調子が悪い時などに、その時の承認を学生が振り返れるようにしておきます。

レベル1から5まで一連のプロセスを通じて、「小さな成功」や「小さな進歩」をみんなで共有することからはじめて、段々意味の深い大きいことへと進展させていくことが大事です。これにより効力感が醸成されてきます。効力感とは、わずかずつかかもしれないが、「自分は向上している」、「成長している」という感覚です。その「自分への有能感」とか「勉強への姿勢・行動への効力感」を持ってもらうと、生涯学習習慣の確立に効果的に働きます。

最近の医学の進歩により、学生が学習しなければならない量は膨大です。そのなかに埋もれてしまわないためにも、「自分が日々やっている勉強は小さいことかもしれないが、将来良い医療人になるのに役立っている」という感覚を意識させます。そうすることが継続する力にもなるし、自己実現欲求を満たすことにもなるのです。

承認の際、次のような注意点に配慮が必要です:①場当たり的に承認する(基準がないと言える)、②同じ言葉を繰り返している(学生は承認された気持ちにならない)、

③言葉に気持ちがこもっていない承認言葉を使っている、④承認しっぱなしで、後のフォローがない(やる気をそいでいく)。

これらの愚を繰り返さないために、普段から学生の話をよく聞き、学生の様子を見るなど十分に学生を観察し、その学生だけの承認言葉をかけるようにするのが望まれます。また、フォローとして、次のステップへの目標の再確認を行う。例えば、「後期もその調子でがんばってね!」などと、継続的に指導学生に関心を持っていることを伝えて、学生の意気が下がらないようにします。

同じ言葉の繰り返しにならないために、どのような行動に対して、どう承認したか、その時の教員の感情と学生の反応を日付とともにメモ帳(記録ノート)に書いておくのが大切です。同じ言葉の繰り返しではなく、新しい言葉で承認すると、学生の頭は「おや、何だ?」と言う反応がおこり、ニューロンが活性化するので、効果があがります。

注意すべきは、承認と褒めることの違いを認識しておく必要があることです。両者が良く似ている場合がありますが、褒めるのは学生の行動や能力を優れていると評価することです。この時、褒める側と褒められる側との間での上下関係が作られてしまう(アドラー心理学)ので、その結果、褒められる側は自分で考える力を失い、褒められる事に没頭してしまう罠があります(ある意味、外発性モチベーションの欠点に類似しています)。このような状況では、学生と教員の間で信頼感が醸成されないのです。

## VII 学生指導でのコミュニケーション

学生が満足しやすいコミュニケーションのあり方を述べます。

### A 傾聴

学生の話しをしっかりと心をこめて聴くのが一番大切です。前提として、学生が自ら心の内を話せる状況にしておくことが大切です。つまり、話しやすい環境として、教員の持つ非言語コミュニケーションの重要性を知っておく必要があるのです。それを踏まえて、学生の話しに傾聴す

なのです。合間合間に頷き、相槌、オウム返しを入れると、これらが「聞いている」というサインとなるので、話し手の学生は聞いてくれていると安心して話せます。その際、予断や偏見を排除したゼロポジションで傾聴します。

## B 質問すること

質問する時、根ほり葉ほりしないし、尋問もしないで、新たな行動を促す前向きな質問に心がけます。曖昧さを具体的にする質問も効果的です。一般的にクローズドの質問よりもオープン型質問の方が、話しやすいし、肯定型質問の方が否定型の質問よりも効果的です。とにかく、具体的な行動を話してもらうために、未来に向かった前向きな質問や変化を促す質問を上手に使うして下さい。

## VIII ある留年生（4年生）の学生指導

筆者の体験した留年学生の指導を紹介しましょう<sup>13)</sup>。彼は、医学部4年生のCBTで後ろから3番目の成績で留年しました。2回目の4年生になった時、1学期には週1回1時間話を聞くことにしたのです。内容は何でも良いから、その週にあったことを話してもらいました。そして、内容に応じて、「承認」を行っていきました。その週のことなので、勉学のことは主に彼の好きな科目、好きな講義、好きな教員の講義になっていきましたが、それを聞きながら、理解したと思われる内容の言葉が出てきた時、上手に承認しました。その他、生活や家族のことなど、差しさわりのないことを話して貰って行動承認しやすい内容だと意識して承認しました。時に話しくそうだと話題を変えて、気楽な面を話してもらったこともあります。そういう事を毎週繰り返している内に、彼は小生の承認ポイントがどんな所にあるのか、分かってきたようでした。

夏休みは好きにして貰って、特に課題とか、宿題とかを課しませんでした。2学期の最初は毎週1回面談しましたが、2学期中ごろ、「勉強のコツが分かってきた」と言う言葉が出て来たので、良い兆候と判断して2週に1回のペースにしました。それでも、勉学習慣が落ちず、2

学期末には「勉強が面白くなってきた」と感想の言葉が出てきたので、これでCBT合格間違いなしを確信しました。CBTの結果、あなたの順位は114人中37位と言う結果を得て、共に喜びました。1年前と見違える成績です。これで卒業試験も国家試験も大丈夫と確信できたし、実際余裕で合格していきました。

面談で行った事は、学生の言ったことに「すごい!」「よくやったね!」などと感嘆しつつ、行った行動を承認したのです。それを繰り返していると、学生がどう期待されているかを自覚し、勉学の習慣が少しずつ強化され、合間合間に医師の多面的なキャリアの話を入れ込んでいきました。これが学生の心の中に、「医師になりたい」欲求を高めたと思われます。結果として、内発的モチベーションが醸成され、国試合格に繋がったと考えています。

## IX 終わりに

学生が医療・福祉関係の職に就くとき、学生時代に生涯学習習慣を確立しておく必要があります。そのため、まず指導教員はモチベーションについて理論的に学習しておき、それに基づいた学生指導をするのが望まれます。昔と異なり、命令形で学生の学習活動を規制するのは、そぐわない時代になっています。教員がロールモデルとして、生き様が学生に人生の指針になるような行動が普段の日常生活から求められているのです。

学生が人生をどう生きるかと言う人生目標に合わされば、自己実現欲求が満たされる道筋を学生時代に開くことができます。学生と指導教員との間の相互関係が、信頼感を醸成し、生涯に続く学習習慣を確立するきっかけとなります。教員としてやりがいのある学生指導を実現することに本稿が役立つことを念願しています。

## 参考文献

- 1) Earth Wot.: マザー・テレサの名言2 <http://earth-words.org/archives/2184>. [20170901, 2017].
- 2) Frielink N, Schuengel C, and Embregts P: Distinguishing subtypes of extrinsic motivation among

- people with mild to borderline intellectual disability. *Journal of intellectual disability research : JIDR* 61, 625-636, 2017.
- 3) Michelle K. Duffy, Ganster DC, and Pagon M: Social Undermining in the Workplace. *Academy of Management Journal* 45, 331-351, 2002.
  - 4) Schunk DH, Pintrich PR, and Meece JL: Motivation in education : theory, research, and applications. Upper Saddle River, N.J.: Pearson/Merrill Prentice Hall, p. 433, 2008.
  - 5) Oudeyer PY, Gottlieb J, and Lopes M: Intrinsic motivation, curiosity, and learning: Theory and applications in educational technologies. *Progress in brain research* 229, 257-284, 2016.
  - 6) Vroom VH, and Deci EL: *Management and Motivation*. Penguin business, London, p. 512, 1970.
  - 7) 村田哲：ミラーニューロンの明らかにしたもの：運動制御から認知機能へ。日本神経回路学会, 12, 52-60, 2005.
  - 8) Edwin L, Gary L : Goal Setting Theory of Motivation. 1968.
  - 9) Flannery M: Self-Determination Theory: Intrinsic Motivation and Behavioral Change. *Oncology nursing forum* 44, 155-156, 2017.
  - 10) Maslow AH: A theory of human motivation. *Psychological Review* 50, 370-396, 1943.
  - 11) Saul M: Maslow's Hierarchy of Needs <http://www.simplypsychology.org/maslow.html>. [20170223, 2017].
  - 12) 正田佐与：行動承認 - 組織の能力を最大化する「認める力」。パブラボ, p. 214, 2014.
  - 13) 松尾理：学習支援を要する学生への対処を行動科学的に考える。In：旭川医科大学教育センター主催 FD 講演会, 旭川医科大学, 2015.

## **Establish self-directed learning attitude with higher intrinsic motivation in students**

Osamu MATSUO

---

### **Abstract**

For health care facilities, it is essential to make their students grown with life-long self-directed learning attitude. In order to guide such students, faculty members are recommended to understand major motivation theories. Most of students have noble dreams in their mind to be in their life, excellent health care workers. It is better to write down such intension on the paper, which can be reviewed anytime. However, such excellent wishes often fade as their academic year slides up. Therefore, teachers are requested to reinforce such intension along with students at special curriculum in each academic year. Psychological tight connection of students with faculty members may create students' mind with higher intrinsic motivation with self-directed learning habit, which realizes students' self-actualization desire. These process further inforce students' mind to be excellent health care workers.

## 略 歴

**松尾 理**(医学博士) 近畿大学名誉教授

## 学 歴:

昭和47年 神戸大学大学院 医学研究科 博士課程修了

## 職 歴:

昭和57年 近畿大学医学部教授

平成12年 近畿大学医学部教学部長

23年 近畿大学医学部顧問

23年 近畿大学名誉教授

## 主な受賞歴:

平成28年 日本医学教育学会医学教育賞牛場賞

## 主な研究分野:

- (1) 医学教育
- (2) 血液線溶系
- (3) 行動科学

## その他の社会的活動:

昭和38年～現在 青少年野外活動支援ボランティア

(姫路市太尾キャンプセンターカウンセラー [http://www.city.himeji.lg.jp/s115/2243303/\\_10589/\\_10592.html](http://www.city.himeji.lg.jp/s115/2243303/_10589/_10592.html))