

魅せる授業・心理学 B

私の My Best 授業は浦光博教授の担当する、教養教育領域科目「心理学 B」である。浦先生は、総合科学研究科行動科学講座社会心理学研究室教授である。この授業は主に学習理論を扱うもので、2010 年度後期の場合、①心理学とはいかなる科学か、②条件づけと学習、③人間の行動パターンの変容、④記憶、⑤動機づけ、⑥情動、から構成された。

学習理論は動物へのしつけ、自分自身の行動のコントロール、部下や生徒、子供の教育などにおいて極めて有用な理論である。日常生活において、人はやりたくない事でもやらねばならない事があるだろう。また、他人の良い点を伸ばし、悪い点を改めさせる立場に立つこともあるだろう。「どうすれば勉強をする気になるか」「どうすれば子供の悪い癖を直すことができるか」…そんな悩みにも解決の糸口を与える。このように学習理論は日常生活とは切っても切り離せないものなのだ。

授業の方法は、学生がダウンロードしたレジュメの内容を、先生がパワーポイントや口頭により分かりやすく説明するという形式であった。このように言うと味気なく聞こえるが、そうではない。レジュメだけでは分からなかった内容が、豊富な具体例や視覚イメージ、象徴的な言葉を通して、ありありと理解できるようになるのである。具体例は、最近のニュースや学生がイメージしやすいものから選ばれ、聴衆の関心を惹きつけてやまない。授業時間はまさにショーを見ているようだった。

私が特に感銘を受けたのが、「記憶」の章での効果的勉強法の話だ。教科書学習における効果的勉強法に「PQ4R 法」というのがある。PQ4R とは下見 (Preview)、問題 (Question)、読む (Read)、熟考 (Reflect)、暗唱 (Recite)、復習 (Review) の頭文字をとったもので、これらが学習の手順である。まず章全体を概観し、どのような節があるか確認する。そして節ごとに問題設定を行う。多くの場合、節の末尾にある結論にどのように辿り着くかが問題となる。問題に対する答えを探しながらその節を読み、今度は具体例を浮かべながら、読んだ内容を自分の知識に結びつける。節を読み終えたらその内容を再構成し、設定した問題に答えてみる。これらを繰り返して章全体を読んだら、大事なポイントを再現しつつ全て頭の中で細部まで調べる。そして再び、設定した問題に答える。以上が手順だ。

今まで教科書を書いてある順番通りに読んでいた私にとって、目から鱗であった。1 ページ 1 行目から読まなければいけない、というルールなど無かったのだ。先に結論を知ってしまえば、これから読む内容をどう位置づけていけば良いか分かる、「記憶のための見取り図」ができるのだ、と先生はおっしゃった。これが PQ4R 法の効果的である理由だ。

さらに、学生にとって重要な「良い教科書の見分け方」も教わった。章の最初に全体の概観が示されている、読むべきポイントが疑問文で示されている、パラグラフの最初

にパラグラフでの結論が述べられているなど、要するに「自然と PQ4R 法で読める教科書」が良い教科書なのだ。これらの事を学んでから、教科書を選ぶときには PQ4R 法を意識するようになった。そのみならず、レポートを書くときにも、読み手がどう読むかよく考えながら書くようになった。文章を読むこと、書くことは社会に出てからも必須だから、とても為になる事を教わったと思う。

ここに挙げた話はほんの一例でしかなく、役立つ話、面白い話はもっとある。ぜひ一度、心理学 B を受講してみてはどうだろうか。