

「学習相談室」の趣旨と活動報告

センター教授 市川伸一

1. 学習相談室の背景——認知カウンセリング

私たちはこの10年余り、学習や理解に関する個別相談・指導を通して実践的に認知研究を行う「認知カウンセリング」という活動を継続してきた。研究者、学生、学校教師がスタッフとなって、「学校の勉強がわからなくて困っている」という小・中・高校生の教科学習の援助をし、そのケース検討会を重ねつつ、認知心理学や教育心理学と結びつけていくというアプローチである。

児童・生徒を対象にした認知カウンセリングが公の場で始まったのは、1989年に東京工業大学で開設した「学習相談室」からである。目黒区と大田区の区報に案内を掲載してもらって、小・中・高校生を夏休みに募った。相談員となったのは、教育心理学や教育工学を専攻する研究者や学生約10名ほどである。一人の子どもに、原則として1回90分の相談・指導を6回から10回程度行うことになっていた。初年度は申込者が80人ほどあって、とてもすべてに応じられなかった。そこで、データベースに登録しておいて、来年度以降優先的に来てもらうということにせざるを得なかった。この学習相談室は、筆者の異動に伴って1994年度以降、東京大学教育学部に移設した。

「家庭教師や個別指導塾とどこが違うのか」という質問をよく受ける。実際、スタッフのほとんどは家庭教師や塾教師の経験者である。私のほうから、基本的な考え方や手法は説明するが、「認知カウンセリングとはこのようにしなくてはいけない」という制約はつけていない。ただし、ぜひ配慮してほしい点は告げておくようにしている。それは、学習者がわからなくて困っているということだけを単にわかりやすく説明すればよいというのではなく、学習者とともに問題点を見出して学習の改善をはかるといった姿勢をもつということだ。言葉を変えて言えば、学習者が自分の知識状態を診断したり、学習方法を検討したりすることを促し、「自立した学習者」になることをめざすということである。とりわけ、学年が上がって、家庭での学習の比重がしだいに高くなると、どのような学習方法をとっているかに着目する必要がある。

たとえば、漢字、計算、英単語の学習は児童・生徒が「とにかくやるしかない」と考えがちだが、実際には多

様な学習方法がある。文章題や英文解釈になると、さらにいろいろな学習方法がとられる。相談に来る子どもたちを見ていて気になるのは、自分のやり方を当然のものと考えていて、あまり改善をはかろうとしない生徒が多いことである。だれにでもあてはまるうまい学習法があるわけではないが、だからといって、たまたま今とっている方法が自分にもっとも合ったものということにはならない。「教科書や参考書は、わからない箇所を明確にするために付箋をはってから質問する」、「新しい概念は、定義と事例をあげて人に説明できるかどうかで、自分の理解状態をチェックする」、「うまく解けなかった問題から得られた教訓をメモとして書き出し、ときどき振り返る」などといったごく基本的な方法は、比較的有効性が高く、ひとまずやってみることをすすめている。勉強の苦手な生徒はほとんどそうしたやり方をとっていない。しかも、急に言われても習慣的に身につけるにはけっこう時間がかかるものである。

相談・指導がひとまず終了すると、ケース検討会で発表することになっている。これは、カウンセラー側が、それぞれ担当した児童・生徒のようすを報告してメンバー間で共有するとともに、そこでの教え方について全員で検討しあうものである。もちろん、何がよい教え方か、正しい教え方かということが一律に言えるわけではない。しかし、「ひとりよがり」にならないように、さまざまな視点を出し合うことは、カウンセラー自身の見方や教え方のレパートリーを豊かにし、次の実践に生かすことにつながる。このケース検討会（認知カウンセリング研究会）には、現場の学校教員がしだいに多く来てくれるようになり、現在では30人ほどのメンバーのうち、約半数は教員である。心理学の研究者や学生と、小学校から高校まで校種も教科もさまざまな教員とが集い、休むことなく月1回のペースで13年間続いており、研究と実践の貴重な接点となっている。

2. 東大附属における学習相談室

東京大学教育学部附属中等教育学校では、学校臨床総合教育研究センターの分室の中に、ほっとルーム（カウンセリングルーム）と併置する形で2000年4月に学習相談室が開設された。これは、センターの学力問題プロジェ

クトが発足したときでもあり、このプロジェクトの一環として学習支援の具体的実践を通じて研究することをめざしている。ちなみに、この学習相談室は、プロジェクトの期間中（2000年度から2002年度まで）は上記の位置づけで設置することが決まっており、その後はあらためて継続について協議することとなっている。

学習相談室の背景の一つには、前述した認知カウンセリングという活動がある。大学で地域の児童生徒に対して行うという形態だけではなく、学校において実施することにより、生徒のアクセスは容易になるであろう。また、一方では、附属教員の側でも、「学習臨床」というコンセプトのもとで、生徒に対する個別的な相談・支援活動をしていきたいという意向があった。そこで、1999年には附属教員と協同して、学習相談についてのニーズを調べるアンケート調査や、試行的なケースを実施してきた。2000年度4月の設立はこの延長にあるものといえる。

学習相談室では、申し込みのあった個人または小グループに対する学習相談を活動の中心としている。毎週木曜日の午後2時から5時が原則的な相談時間である。相談員としては、市川と、大学院生の犬塚美輪（教育心理学コース博士課程）が主にあたっている。2001年5月には、学習相談の紹介を全校生徒に対して行い、その要望についてのアンケートを実施した。相談したいという希望をもつ生徒は1割程度であるが、実際に申し込んでくるのは、月に3、4件である。それでも、繰り返し希望する生徒も多く、毎週の相談日は予約でほぼ埋まっている状態で、秋から冬にかけては生徒の需要に十分応じきれない状態になってきた。そのため、居住地域が本郷キャンパスに近い生徒には、通常の相談時間以外に教育学部に来てもらい、認知カウンセリング研究会のメンバーである大学院生が担当したりすることもある。

学習相談室における相談・指導の方針としては、認知カウンセリングを踏襲している。すなわち、学習者自身が自らの理解状態や学習方法を診断的に見つめなおし、自律的な学習者になっていけるような支援を行うことをめざしている。しかし、実際には、大学の学習相談室で夏休みを中心に行っていたときとは異なり、実施上の制約があり、一人一人に十分な時間をかけて対応することは難しい。これは、今後の大きな課題であるが、むしろそうした現実的な問題を洗い出し、学校で学習相談活動を行うにはどのような対応が必要かを考えていくことを、運営上の研究課題と考えている。

3. 「学習法講座」と認知心理学の授業

学習相談室の活動は、いわゆる個別学習指導だけでは

ない。2000年度の夏休みには4日間の「学習法講座」を企画し、日常的な学習方法について講義、実習を含んだ課外授業を行った。テーマとしては、市川が「英単語の記憶方法」、犬塚が「説明文の読解方法」を扱い、それぞれ約30名、約10名の参加者があった。

さらに、2001年度冬には、市川が3年生（中3相当）と5年生（高2相当）の全クラスで、「記憶の心理学から学習法を見直す」という1時間の授業を行った。これは、認知心理学の基本的な考え方を生徒自らに知ってもらい、自らの学習方法についての自覚と改善を促すという趣旨で行われたものである。はじめに、生徒には授業の趣旨を次のように示している。

はじめに——この授業の目的

「どのように学習したらいいかわからず、ついつい勉強に手が出ない」という悩みをもつ生徒はたくさんいます。また、意欲があっても、単純に反復するだけの学習方法だと、思ったような成果が得られないこともあります。今回の授業では、記憶についての心理学的な考え方をお話しし、自らの学習方法について見直すきっかけにできればと思っています。そして、自分の学習方法について相談にきたいと思ったひとは、どうぞ学習相談室に気軽に来てください。

内容としては、まず、「よく覚えるためにはどうすればよいか」ということで、簡単な実験を通して人間の短期記憶の容量が数字7個前後であることを確認する。そこで、たくさんの情報を覚えるには、反復、特殊な訓練、構造理解という3つの方法があることを、ビデオやデモンストレーションによって示す。「知識を使って、情報を関連づける」のがしっかり覚えるための重要な方法であることを理解させる。また、あらかじめ宿題として回答してもらった「学習観診断用紙」の自己採点の方法を示し、得点の意味を解説して、自分の学習方法にどのような特徴があるかという傾向を知ってもらうようにする。

そのあと、教科の学習への応用として、「情報の関連づけ」を重視すると、学習方法がどのように変わるかを具体例に沿って教示した。社会科では、アメリカインディアンの居住地と住居形態、流れをとらえた歴史のノート例などを素材にして、因果・理由を明確にすることで覚えやすくなること、科学では、「海風と陸風」が比熱を媒介にしてしくみを理解すると忘れないことなどである。英単語の記憶では、反復するにも苦手単語を抽出して練習を集中すること、「同意語、反意語、派生語などをまと

めて覚える」「単語の構成要素（語幹）により語の成り立ちを理解する」「例文とともに覚える」などの関連づけ方略が有効であることを教示した。数学の公式の記憶では、2次方程式の解の公式を素材に、解法のポイントや式の構造をおさえておけば、単なる丸暗記にならないことを示した。

4. 学習相談の意義と今後の課題

認知カウンセリング研究会のメンバーの中には、公立学校の校長や教員も多く、東大附属のほかにも、それぞれの学校で学習相談室を開設しているところが、2002年2月現在、中学校で3校、高等学校で2校ある。運営や実施の形態はさまざまで、教員自らが行っているところ、大学院生等の外部の相談員を雇用するところ、教職資格をもつ保護者に援助をおおぐところなどがある。この2年間、学校の中での学習相談活動を実施してみて、あらためて学習相談というものの意義や、授業での学習指導との関わりについて考えさせられたことをここでまとめておきたい。

認知カウンセリングとしての学習相談は、生徒の学習活動全体を視野に入れて、彼らが環境の中にあるさまざまなリソースを使いながら、自ら学習を組み立てていくことをめざしている。学習の中心が「授業」であるにしても、家庭学習の比重が学年がすすむにつれて高まることは認めなければならない。しかし、教師はカリキュラムづくり、教材研究、授業案づくりとその実施等が仕事の中心となり、家庭学習を視野に入れた指導はなかなかできるものではない。しかも、最近の小学校、中学校では、以前ほど宿題を出さなくなった事情もあり、生徒側の家庭学習の習慣や学習スキルが弱くなっている。教師の仲でも意見は分かれるようだが、「子どもの生活にゆとりをもたせるために、教科の学習は学校の授業で完結させるのが望ましい」という考え方も強くなっている。

しかし現実には、少ない授業時間数の中で、教科の内容を習得するためには、予習や復習を含めた授業外での学習が不可欠である。一步すすめて考えるならば、授業というのも、生徒の学習過程における一つのリソースであり、「授業の中で生徒に学ばせる」というよりも、「授業を利用しながら学習を組み立てることのできる生徒を育てる」ということになろう。すると、「授業に臨むため

に、どのような予習をしていくとよいか」、「あとから家で見直すために、授業中はどのような聞き方やノートのとり方をすればよいか」、「授業の内容を復習するために、教科書、ノート、参考書、問題集などをどのように使えばよいか」、「わからなかったことを調べるには、教師、友人、家族、塾講師、学習相談員など、だれにどういうことを聞けばよいか」などを生徒と考えていくことが重要な支援活動になる。こうした、広義の「学び方」を育てることが、いずれ、大学に進学したり、社会で仕事をする中での学習に結びついていくものと考えられる。

もちろん、こうした相談・指導を、教科内容と離れて独立に行ってもあまりうまくいかない。生徒の当面の悩みは、具体的に「何かがわからない、できない」、そのために「テストで点がとれない」ということであり、1回の相談時間の中で、何か具体的に得るものがないと満足感が得られない。しかも、生徒のもつ学習方法や学習観の問題点は、本人がはじめから自覚しているわけではなく、具体的な教科内容の指導を通して浮かび上がることが多いものである。さらに、そのような問題点を指摘しても、本人がすぐに改善をはかろうとするととは限らず、それまでのやり方を変更することは非常にむずかしいことが、これまでのケース検討会では何度となく報告されている。加えて、学校での学習相談室では、少数の相談員が多くの生徒を受け持つことになりがちで、大学で実施していた認知カウンセリングのように、マンツーマンの条件で何回も継続してアポイントメントをとっておくということがしにくいという悩みがある。

グループ指導や学習法講座はこうした問題点を少しでも克服するための試みであるが、今後は、学習過程全体を生徒が自律的にマネジメントするという視点から、授業との連携・協調をはかっていくことが最も大きな課題ではないかと考えている。

参考図書

- 市川伸一（編） 学習を支える認知カウンセリング、ブレーン出版、1993
- 市川伸一（編） 認知カウンセリングから見た学習方法の相談と指導、ブレーン出版、1998
- 市川伸一（著） 勉強法が変わる本—心理学からのアドバイス—、岩波ジュニア新書、2000