



ケラー教授

＜主張：学習意欲の低さは学生や受講者の責任ではない。
授業・研修を魅力的にしましょう！＞

表 2-1 学習意欲を高める作戦（研修編）～ARCSモデルに基づくヒント集～

■注意(Attention)＜面白そうだなあ＞■

目をパッチリ開ける：A-1:知覚的喚起 (Perceptual Arousal)

- ・ 研修案内を手にしたときに、楽しそうな、参加してみたいと思えるようなものにする
- ・ オープニングにひと工夫し、注意を引く（短い導入活動、ネーミングの工夫など）
- ・ 研修の学習内容と無関係なアイスブレイクなどで注意をそらすことは避ける

好奇心を大切にす：A-2:探求心の喚起 (Inquiry Arousal)

- ・ 研修の学習内容そのものに興味をもてるように成功例を冒頭で一つ示す
- ・ なぜだろう、どうしてそうなるのという素朴な疑問を投げかける
- ・ 今までに習ったことや思っていたこととの矛盾、先入観を鋭く指摘する
- ・ 謎をかけて、それを解き明かすように研修を進めていく
- ・ エピソードなどを混ぜて、研修の学習内容が奥深いことを知らせる

マンネリを避ける：A-3:変化性 (Variability)

- ・ 研修の全体構造がわかるスケジュール表やメニュー、配布資料の目次を提示する
- ・ 一つのセクションを短めに押さえ、「説明を聞くだけ」の時間を極力短くする
- ・ 説明を長く続けずに、確認クイズや練習問題、要点のまとめなどで変化を持たせる
- ・ 飽きる前にコーヒブレイクをいれて、気分転換をはかる（ここでちょっと一息…）
- ・ ダラダラやらずに学習時間を区切って始める（活動の目安になる所要時間を設定・提示して必要に応じて調整する）

■関連性(Relevance)＜やいかりがあいそうだなあ＞■

自分の味付けにする：R-1:親しみやすさ (Familiarity)

- ・ 受講者が関心のある、あるいは得意な分野にあてはめて、わかりやすい例を提示する
- ・ 受講者にとって身近な事例や典型的な事例などを含めることで、具体性を高める
- ・ 説明を自分なりの言葉で（つまりどういうことか）まとめて振り返る時間をつくる
- ・ 今までに勉強したことやすでにできることと今回の研修内容がどうつながるかを説明する
- ・ 新しく習うことに対して、それは〇〇のようなものという比喻や「たとえ話」を使う

目標を目指す：R-2:目的指向性 (Goal Orientation)

- ・ 与えられた課題を受け身にこなすのではなく、自分のものとして積極的に取り組めるように自分の目標を設定させる
- ・ 研修のゴールを達成することのメリット（有用性や意義）を強調する
- ・ 研修で学んだ成果がいつどこで生かせるのか、この研修はどこへ向かっての第一歩なのかを説明する
- ・ チャレンジ精神をくすぐるような課題設定を工夫する（さあ、全部できましたか？）

プロセスを楽しむ：R-3:動機との一致 (Motive Matching)

- ・ 自分の得意な、やりやすい方法でやれるように活動方法の選択幅を広く設ける
- ・ アドバイスやヒントは、必要だと感じる人だけが得られるように配慮する
- ・ 自分のペースで活動を楽しみながら研修を進められるようにし、その点を強調する
- ・ 研修すること自体を楽しめる工夫を盛り込む（例えば、ゲーム的な要素を入れる）

■自信(Confidence)〈やればできそうだなあ〉■

ゴールインテープをはる : C-1:学習要求 (Learning Requirement)

- ・ 本題に入る前にあらかじめゴールを明示し、どこに向かって努力するのかを意識させる
- ・ 何ができたならゴールインとするかをはっきり具体的に示す (テストの予告: 条件や基準など)
- ・ 受講者が現在できることとできないことが何を明らかにし、ゴールとのギャップを確認させる
- ・ 目標を「高すぎないけど低すぎない」「頑張ればできそうな」ものに設定する
- ・ 中間の目標をたくさんつくって、「どこまでできたか」を頻繁にチェックして見通しを持たせる
- ・ ある程度自信がついてきたら、少し背伸びをした、やさしすぎない目標にチャレンジさせる

一歩ずつ確かめて進む : C-2:成功の機会 (Success Opportunities)

- ・ 他人との比較ではなく、過去の自分との比較で進歩を確かめられるようにする
- ・ 「失敗は成功の母」失敗しても大丈夫な、恥をかかない練習の機会をつくる
- ・ 「千里の道も一歩から」易しいものから難しいものへ、着実に小さい成功を積み重ねさせる
- ・ 短いセクション (チャンク) ごとに確認問題を設け、でき具合を自分で確かめながら進めるようにする
- ・ できた項目とできなかった項目を区別するチェックリストを用い、徐々にできなかった項目を減らす
- ・ 最後にまとめの練習の機会を設け、総仕上げにする

自分で制御する : C-3:コントロールの個人化 (Personal Control)

- ・ 「幸運のためでなく自分が努力したから成功した」といえるような研修にする
- ・ 不正解には、受講者を責めたり、「やっても無駄だ」と思われるようなコメントは避ける
- ・ 失敗した場合には、やり方のどこが悪かったかを自分で判断できるようなチェックリストを用意する
- ・ 練習は、いつ終わりにするのかを自分で決めさせ、納得がいくまで繰り返せるようにする
- ・ 身に付け方のアドバイスを与える一方で、それを参考にしても自分独自のやり方でもよいことも告げる
- ・ 自分の得意なことや苦手だったが克服したことを思い出させて、やり方を工夫させる

■満足感(Satisfaction)〈やってよかったなあ〉■

無駄に終わらせない : S-1:自然な結果 (Natural Consequences)

- ・ 努力の結果がどうだったかを、目標に基づいてすぐにチェックできるようにする
- ・ 一度身に付けたことを使う／生かすチャンスを与える
- ・ 応用問題などに挑戦させ、努力の成果を確かめ、それを味わう機会をつくる
- ・ 本当に身に付いたかどうかを確かめるため、誰かに教えてみてはどうかと提案する

ほめて認めてもらう : S-2:肯定的な結果 (Positive Consequences)

- ・ 困難を克服して目標に到達した受講者にプレゼントを与える (おめでとう! の一言)
- ・ 研修でマスターした知識やスキルの利用価値や重要性をもう一度強調する
- ・ できて当たり前と思わず、できた自分に誇りを持ち、素直に喜べるようなコメントをつける
- ・ 認定証を交付する

自分を大切に使う : S-3:公平さ (Equity)

- ・ 目標、練習問題、テストの整合性を高め、終始一貫性を保つ
- ・ 練習とテストとで、条件や基準を揃える
- ・ テストに引っ掛け問題を出さない (練習していないレベルの問題や目標以外の問題)
- ・ えこひいき感がないように、採点者の主観で可否を左右しない

出典 : 鈴木克明 (2002) 『教材設計マニュアル』北大路書房を一部改変して作成。著作権表示付きで配付自由(c)2015 鈴木克明
鈴木克明 (2015) 『研修設計マニュアル』北大路書房より抜粋

<主張：学生や受講者をいつまでも甘やかしてはいけない。やる気を自分でコントロールさせよう！>

表2-2：自分の学習意欲を高める作戦～ARCS モデルに基づくヒント集～

旧タイトル表 V-1：学習意欲を高める作戦（学習者編）～ARCS モデルに基づくヒント集～

■注意(Attention)<面白そうだなあ>■

●目をパッチリ開ける：A-1:知覚的喚起 (Perceptual Arousal)

- ・勉強の環境をそれらしく整え、勉強に対する「構え」ができるように工夫する
- ・眠気防止の策をあみだす（ガム、メンソレータム、音楽、冷房、コーヒー、体操）
- ・眠いときは眠い。十分に睡眠をとって学習にのぞむ

●好奇心を大切にす：A-2:探求心の喚起 (Inquiry Arousal)

- ・なぜだろう、どうしてそうなるのという素朴な疑問や驚きを大切にし、追求する
- ・今までに自分が習ったこと、思っていたことと矛盾がないかどうかを考えてみる
- ・自分のアイデアを積極的に試して確かめてみる
- ・自分で応用問題をつくって、それを解いてみる
- ・不思議に思ったことをとことん、芋づる式に、調べてみる
- ・自分とはちがったとらえかたをしている仲間の意見を聞いてみる

●マンネリを避ける：A-3:変化性 (Variability)

- ・ときおり勉強のやり方や環境を変えて気分転換をはかる
- ・飽きる前に別のことをやって、少し時間をおいてからまた取り組むようにする
- ・自分で勉強のやり方を工夫すること自体を楽しむ
- ・ダラダラやらずに時間を区切って始める

■関連性(Relevance)<やいがいがありそうだなあ>■

●自分の味付けにする：R-1:親しみやすさ (Familiarity)

- ・自分に関心がある得意な分野にあてはめて、わかりやすい例を考えてみる
- ・説明を自分なりの言葉で（つまりどういうことか）言いかえてみる
- ・今までに勉強したことや知っていることとどうつながるかをチェックする
- ・新しく習うことに対して、それは〇〇のようなものという比喻や「たとえ話」を考えてみる

●目標を目指す：R-2:目的指向性 (Goal Orientation)

- ・与えられた課題を受け身にこなすのではなく、自分のものとして積極的に取り組む
- ・自分が努力することでどんなメリットがあるかを考え、自分自身を説得する
- ・自分にとってやいがいのあるゴールを設定し、それを目指す
- ・課題自体のやいがいが見つからない場合、それをやりとげることの効用を考える
例えば、評判があがる、報酬がもらえる、肩の荷がおりる、感謝される、苦痛から解放される

●プロセスを楽しむ：R-3:動機との一致 (Motive Matching)

- ・自分の得意な、やりやすい方法でやるようにする
- ・自分のペースで勉強を楽しみながら進める
- ・勉強すること自体を楽しめる方便を考える。例えば、友達（彼女／彼氏）と一緒に勉強する、好きな先生に質問する、秘密にしておいてあとで（親を）驚かせる、友達と競争する、ゲーム感覚で取り組む、後輩に教えるなど

■自信(Confidence)〈やればできそうだなあ〉■

●ゴールインテープをはる : C-1:学習要求 (Learning Requirement)

- ・努力する前にあらかじめゴールを決め、どこに向かって努力するのかを意識する
- ・何ができたならゴールインとするかをはっきり具体的に決める
- ・現在の自分ができることとできないことを区別し、ゴールとのギャップを確かめる
- ・当面の目標を「高すぎないけど低すぎない」「頑張ればできそうだな」ものに決める
- ・自分の現在の力にあった目標がうまく立てられるようになるのを目指す

●一歩ずつ確かめて進む : C-2:成功の機会 (Success Opportunities)

- ・他人との比較ではなく、過去の自分との比較で進歩を認めるようにする
- ・失敗は成功の母：失敗しても大丈夫な、恥をかかない練習の機会をつくる
- ・千里の道も一歩から：可能性を見極めながら、着実に、小さい成功を重ねていく
- ・最初はやさしいゴールを決めて、徐々に自信をつけていくようにする
- ・中間目標をたくさんつくり、どこまでできたかを頻りにチェックして見通しを持つ
- ・ある程度自信がついたら、少し背伸びをした、易しすぎない目標にチャレンジする

●自分でコントロールする : C-3:コントロールの個人化 (Personal Control)

- ・やり方を自分で決めて、「幸運のためでなく自分が努力したから成功した」といえるようにする
- ・失敗しても、自分自身を責めたり「能力がない」「どうせだめだ」などと考えない
- ・失敗したら、自分のやり方のどこが悪かったかを考え、転んでもただでは起きない
- ・うまくいった仲間のやり方を参考にして、自分のやり方を点検する
- ・自分の得意なことや苦手だったが克服したことを思い起こして、やり方を工夫する
- ・何をやってもだめという無力感を避けるため、苦手なことより得意なことを考える
- ・自分の人生の主人公は自分：自分の道を自分で切り開くたくましさを持つ

■満足感(Satisfaction)〈やってよかったなあ〉■

●無駄に終わらせない : S-1:自然な結果 (Natural Consequences)

- ・努力の結果を自分の立てた目標に基づいてすぐにチェックするようにする
- ・一度身に付けたことは、それを使う／生かすチャンスを自分でつくる
- ・応用問題などに挑戦し、努力の成果を確かめ、それを味わう
- ・本当に身に付いたかどうかを確かめるため、だれかに教えてみる

●ほめて認めてもらう : S-2:肯定的な結果 (Positive Consequences)

- ・困難を克服してできるようになった自分に何かプレゼントを考える
- ・喜びをわかちあえる人に励ましてもらったり、ほめてもらう機会をつくる
- ・共に戦う仲間を持ち、苦しさを半分、喜びを2倍にする

●自分を大切にする : S-3:公平さ (Equity)

- ・自分自身に嘘をつかないように、終始一貫性を保つ
- ・一度決めたゴールはやってみる前にあれこれいじらない
- ・できて当たり前と思わず、できた自分に誇りをもち、素直に喜ぶことにする
- ・ゴールインを喜べない場合、自分の立てた目標が低すぎなかったかチェックする

出典：鈴木克明 (2015) 『研修設計マニュアル』北大路書房より抜粋

鈴木克明 (1995) 『放送利用からの授業デザイナー入門』日本放送教育協会 著作権表示付きで配付自由(c)1995 鈴木克明
ご活用ください。