

5. テキスト課題3 をする。	13	○心身をリラックスさせるため、 腹式呼吸法を2 分間程度行う。	○腹式呼吸をしながら、イ メージ法も加える。作業 時間は10分間とする。
6. 次時の予告をき く。			

## 7. ま と め

学習指導における動機づけの手段として、賞や罰を与えたり、学習の効果を知らせたりする方法などがあるが、これらを、暗示ということと考えれば、覚醒暗示にあたり、教師側からの一方的な心理操作であるということが出来る。しかし、この心理操作が、たとえ、どんなに強力であっても、生徒の欲求階層にあわせたものでなければ、自発性をそこなってしまうので注意が必要である。

例えば、試験にあがりやすい生徒が、「なんとかして、あがらないようにしたい。」と悩んでいる時、「落ち着いてやれるよ。」と、暗示を与えれば、自発性はそこなわれず、むしろ、積極性を育てることになるはずである。

また、覚醒暗示をやっても、学習意欲に乏しい生徒については、個人指導をほどこす必要がある。

例えば、自律訓練法の標準公式+強化暗示、場合によっては、催眠療法を行うのである。しかし、これらの方法は、教師の興味によって行うべきものではない。催眠療法などは、その技術を十分マスターしたうえでいい、いやしくも、教師としての倫理性を疑われないように努めなければならない。

最後に、今後、高等学校教育が、ますます普遍化される現状にかんがみ、教師は指導技術について、研究を深め、学習意欲を高める方法を確立する必要があると思われる。

## 参考文献

- 学習意欲をどう引き出すか  
榊田 登 学事出版社
- 学習意欲の高め方  
辰野千寿 図書文化社
- 教育における暗示利用法  
榊田 登 日本文化科学社
- 怠学心理とその指導  
榊田 登 学事出版社
- 教育心理 18巻 24巻 26巻  
日本文化科学社