

## 監修の言葉

本書を手取る方は、大学での学びに少なからず不安を抱えておられる学生さんが多いのではないかと思います。高校までは、「敷かれたレールの上を外れることなく、他人より少しでも前に進む勉強」が要求されていましたが、大学で求められている学修は大きく異なります。この意識改革がうまくいかない学生さんは挫折感を味わいがちではないかと推測します。私こそが学生時代にその挫折を味わいました。私の入学した香川医科大学は当時、単科大学であり(医学科しか存在しない大学)、学年ごとに単位を1つでも落とすと留年とされていました。入学直後、基礎系科目の試験前、高校生までの勉強法に則って勉強し、その結果、築かれた再試験の山に愕然とした思い出は今でも鮮明です。内容を理解しているつもりなのに、どうして試験の点数が取れないのか？ と、どん底の心境で悩みました。その理由は誰にも教えてもらえず、1人で悩みました(そもそも他人に聞こうとしていなかった)。そして、プライドが高く誰の意見も聞かないことが原因だという結論を自ら得ました。その後は、教員、友人、先輩、後輩、たくさんの人に支えられ、苦しみながらも何とか卒業に至ることができました。

これからの人生、失敗だらけです。失敗を乗り越えることこそ成功につながるのですが、これには自己肯定感が最も必要だと考えます。医学部に入学を果たした皆さんなら、「自分はやれる！」という思いを感じたことがあるでしょう。それをさらに発展させ、「自分は自分のままで素晴らしい。自分の得意なこと・興味のあることを頑張ろう。そのためには不得意なことでも少々頑張る必要がある」と意識することができれば、絶望的な状況になっても明るい未来を自ら見出し、胸を張って医学生を楽しめるでしょう。

学生時代のある授業で、「試験の成績が良いからといって、必ずしも将来活躍する医師になるとは限らない。案外、講義室の最後部の席で半分寝ているヤツらが活躍したりするもんだ」と、教授が話されました。当時は、(本当かな？ しかし、最後部席グループの自分には魅力的な話だ)と、この言葉をありがたく感じ、私の胸に深く刻みこまれました(ご都合主義的ではありますが)。さて、この言葉の真はどうでしょうか。その答えは本書の中にあります。本書は苦しい医学生を生きる皆さんに、大きな推進力を与えてくれる一冊になることでしょう。

香川大学医学部医学教育学講座 教授/医学部教育センター センター長 横平政直

## 監修の言葉

私が拙著『医学部教育における自己調整学習力の育成—専門職アイデンティティ形成からの視座』（福村出版，2021）を執筆したのは，新型コロナウイルス感染症（COVID-19）流行下の2020年でした。長年，教育心理学の領域で研究されてきた「自己調整学習力」について，わが国の医学部教育の中で探究した結果を記し，さらにCOVID-19によるカリキュラムの制限下で，どのように自己調整学習力を育成できるかを考察したものでした。同書の主旨は，医学生の自己調整学習力は，学習スキルや学習行動の調整方法を表面的に教えて身につくわけではなく，医学生自身が医療人としてのアイデンティティを確立することを通じて獲得していけるものであり，医学部教育は専門職アイデンティティの確立を支援することに注力すべきである，というものでした。同書は教員に向けての学習理論の教本という位置づけで出版されました。

一方，本書は実践に向けたガイドブックと言えます。しかも，医学生を主な読者と設定して執筆されており，日々の学習に悩む医学生にターゲットを絞り，日本の大学受験事情や医学部のカリキュラムに合わせて，医学生の目線に立った具体的なアドバイスが記されています。私の著書の中で言い表せなかった，具体的な自己調整学習力の獲得方法が，学生生活の様々な場面に紐づけて明確に記述されています。日々の学習の取り組み方に迷った場合，いや，むしろ迷う前に，学年にかかわらず医学生は本書を読むことをお勧めします。また，医学生だけでなく，医学生に関わる教員にとっても本書に書かれている情報は有益かと思われます。学習に悩む医学生にどのようにメンタリングしていけばよいか，留年中の学生への支援をどのように行っていけばよいか，モチベーションの上がない学生が能動的に学ぶようになるにはどうすればよいか，様々なヒントが本書から得られると思います。

本書の全体を通じて，著者である駒澤伸泰氏の，悩める医学生への「教育愛」が伝わってくるのかと思います。

自治医科大学医学教育センター センター長・教授 松山 泰

はじめに

## ポイントは自己調整学習力！ 「学び方」を伸ばせば乗り越えられます

世の中には「こうすればできる」系の医学教育関連書籍が溢れています。ただし、その多くは個人、特にヒーロー的な医療者の経験であることが多く、学修面に課題を抱える医学生に必ずしも有効というわけではありません。

医学教育は、「良き医療人を育成することを目的とした卒前から卒後に至る教育」と定義できます。そんな私の医学教育における専門の1つは「学修支援」です。多くの医学教育の専門家が新たな教育法開発や評価法開発を専門としていますが、私が最も重視しているのは「学修支援」です。学修支援とは、**何らかの原因で学修に困難を感じたときに支援すること**です。そして、医学生の留年(原級留置)やその繰り返しによる希望しない退学を防ぐのがライフワークの1つです。そのような支援の中で、**教える側の改善だけでなく、学び手の「学び方」を改善していくことが大切**です。「学び方を考える」とは、少々難しい言葉で言うと『自己調整学習力』を育むということです。英語で言うとself-regulated learning (SRL) ですので、イメージはつきやすいのではないのでしょうか。

本書は、「**学び手**」である**医学生への学修を支えるために、医学教育や行動科学の知見をまとめたもの**です。私自身は、特に優秀な医学生であったわけではありません。不真面目な学生ではなかったものの、進級試験で苦しまることも多々ありました。そして、様々な挫折を味わいながらも周囲の支援のもとに乗り越えてきた過去の医学生です。

医学生たちの悩みは多様であり、

- 努力をしていたのに〇〇学の単位のみを落とし留年(「原級留置」というのが正式表現ですが、本書では「留年」でいきます)した
  - computer-based testing (CBT) などの総合的試験(1年に1度程度の大きな試験のこと)の成績がふるわず留年した
  - 国家試験の必修問題の点数がどうしても安定しないので不安
- などの成績系の悩みだけでなく、
- 自分は医学部に向いていないと思い、やる気が出ない
  - 将来のキャリアデザインがまったくできない
- といった悩みもあります。

私は彼らや、皆さんの先輩医学生たちの学修における悩みを聞きながら、様々な支援について探究しました。行動科学的アプローチ、心理学的アプローチ、教育学的アプローチをいろいろと模索した結果、1つの結論にたどり着きました。

医学部に入学できた皆さんが、基礎的な能力が不足しているということはありません。ただ、**多様な学修形態が必要な医学部の学修への自己調整学習力が一時的に低下しているのだ**と思います。少し教員目線から書くと、「**医学部における学修不良の原因の多くは『自己調整学習力』の一時的低下である**」ということです。自己調整学習力は、能動的に学ぶために自分で学修方法を調整していくスキルのことです。今、**学修に困難や不安を抱えていても、少しずつ自己調整学習力を回復していけば必ず目標達成はできます**。その自己調整学習力の回復と育成ができれば、その後の**生涯学習**にもつながるでしょう。すなわち、**自己調整学習力を回復することで、学び方改革につながるのではない**でしょうか？

本書は、私がこれまで担当してきた数百人にのぼる医療系学生のメンタリングを通じて得た気づきをまとめたものです。ぜひとも医学部入学時に読んで頂き、医学部生活の困難を乗り越えて充実したものにして頂ければと思います。

内容は下記の7章+1章の計8章構成としています。

第1章：医学部入学後の学修で訪れる様々なピンチ

第2章：医学教育モデル・コア・カリキュラムをちゃんと知っておこう

第3章：医学部で「学び」と「キャリアデザイン」に悩むことはあたりまえ

第4章：万能な人はいない。実は誰もが自己調整学習力を育てて、積み上げている  
まず上記4つの章で、障壁に当たること、悩むことはレアではないことを説明します。

第5章：生活習慣，整っていますか？

第6章：自己調整学習力を意識して「授業」「実習」「試験」を考えてみる

この2つの章では，具体的な行動について，これまで多くの学生が対応できた共通点を記します。

第7章：誰もが「つまずき」を経験し，自己調整学習力を回復している

この章では，悩みを乗り越えることで得た学びを医療人として還元してもらうために，筆者が考えることを記します。

そして，少し教員目線からですが，皆さんの理解を深め，指導的立場になったときのことを考慮して，

第8章：自己調整学習力回復のためのメンタリング実践例——医学部教員へのメッセージ

を示します。

本書に目をとめた皆さんは，医学部の授業の中で何らかの課題を抱えているでしょう。もしかすると，これからの学業に不安を持つ学生さんも手に取ってくれているかもしれません。

ここに書かれていることを読んで，何らかの実践を継続していけば，必ず皆さんの自己調整学習力は改善し，「学び方改革」を達成できるでしょう。進級・卒業・医師国家試験の突破，そして医師としての第一歩につながるでしょう。

本書では，下記の自己調整学習力と学び方に関するメッセージを順序立てて説明していきます。

「**学びの主体は学修者自身であり，学び方を調整することが大切である**」

「**医学部に必要なのは天才的能力ではなく，多様なスキル修得のための自己調整学習力である**」

「**生活と学修に関する習慣を自己調整していけば，必ず課題は克服できる**」

「**自己調整学習力は適切に対応すれば必ず回復できる**」

「**自己調整学習力の回復による課題克服は生涯学習に役立つ**」

「**自己調整学習力を回復し，一生役立つ『学び方改革』を成し遂げよう**」

いきなり、このようなことを言われてもピンとこないでしょうが、1つでも共感できる部分があれば、ぜひ本書を読んで下さい。医療系学部の入学時にぜひとも読んでほしい本ですが、留年してしまった、などで「何とかしたい」という学生へのメッセージでもあります。基本的な自己調整学習力の回復を1つひとつ整えていくことで「学び方改革」につながり、課題を乗り越えることができると信じます。

## 参考文献

- 松山 泰：医学部教育における自己調整学習力の育成 専門職アイデンティティ形成からの視座. 福村出版, 2021.
- 木村明憲：主体性を育む 学びの型 自己調整、探究のスキルを高めるプロセス. さくら出版, 2022.

## 学生からのメッセージ ①

### 「留年経験と向き合うことで未来に活かすことができる」

私は留年したときにメンターになってもらいました。それまでストレートで歩んできた自分にとり、留年はとてもつらい経験でした。しかし、「誰もがどこかでつまずき、『学び方』を考えながら前に進んでいく」ということをメンタリングして頂き、前向きになれました。そして、進級・医師国家試験だけではなく、後期専門研修を充実して過ごし、修得していくことの大切さを学びました。今、私は卒後4年目ですが、専門医試験を意識しながら、充実した未来を送っています。留年経験を大きな学びとして、その後の医学生生活や医師生活に活かしてほしいと思います。

※個人情報が特定されないように一部改変しています。