

□■養成所ニュースプラス第3号 2023□■

例年、国家試験についてのアンケートを修了生の皆さんにお願いしています。先輩たちはどのように国家試験にむけて準備をし、合格を勝ち取ったのでしょうか。今年も多くの方が届きました。7月に皆さんにお届けする予定の「養成所ニュース」でも、一部紹介しています。是非、お読みください。その中には、記憶のプロセスから説明できる工夫が多くありました。

さて、今回は「心理学理論と心理的支援」（現、心理学と心理的支援）から記憶についての問題です。今回も選ばなかった選択肢のどこを直せば適切になるかあわせて考えてみましょう。

■Plus Quiz・・・・・・・・

【第31回問題10】記憶に関する次の記述のうち、正しいものを1つ選びなさい。

1. 手続き記憶とは、覚えた数個の数字を逆唱するとき用いられる記憶である。
2. 感覚記憶とは、自転車に乗ったり楽器を演奏したりするときの技能に関する記憶である。
3. 展覧的記憶とは、「いつ」、「どこで」、「何をしたか」というような、個人の経験に関する記憶である。
4. エピソード記憶とは、「明日の3時に友人と会う」というような、将来の予定や約束に関する記憶である。
5. 意味記憶とは、「日本の都道府県数は47である」というような、一般的な知識に関する記憶である。

正答と解説は最後に記載してあります。

■Yoseijo Info・・・・・・・・

- ・(34期生)教育訓練給付制度(専門実践教育訓練)の支給希望の方へ
申請書類一式は原則として、再発行はできませんので、お取り扱いにはご注意ください。
本養成所からの申請書類発行のため、「受給資格者証と公的身分証明書のコピーの提出」及び「レポートの提出」「スクーリングへの出席」「授業料の納入」が必須となります。
 - ・(35期生)教育訓練給付制度(専門実践教育訓練)の支給希望の方へ
「受給資格者証と公的身分証明書のコピー」の提出をされていない方は、早急に提出してください。
 - ・(35期生)見込書類(実務経験証明書)のさしかえについて
入学願書提出時に「実務経験見込証明書」を提出している方は、入学資格または実習免除を満たした期間の「実務経験証明書」の提出が必要となりますので、早急に提出してください。
 - ・受講の手引の表紙裏(表紙の次のページ)に“レポート作成・提出チェックリスト”があります。
レポートの作成・提出の前に必ず確認してください。
 - ・本日、スクーリングの詳細(実施要綱等)について、大阪及び仙台会場を受講される皆様に向けて発送しています。数日経っても届かない場合やご不明な点がある際は、本養成所にお早めにお問い合わせください。←New
- ※7月下旬以降開催のスクーリングを受講される皆様へも、順次発送してまいります。今しばらくお待ちください。

■Test Info・・・・・・・・

国家試験に関する情報をお届けします

- ・第36回国家試験は、令和6年2月上旬です。
詳しくはこちら→<https://a02.hm-f.jp/cc.php?t=M1072874&c=3246&d=99c7>
- ・日本ソーシャルワーク教育学校連盟主催の全国統一模擬試験のご案内です。
詳しくはこちら→<https://a02.hm-f.jp/cc.php?t=M1072875&c=3246&d=99c7>

■Plus Info・・・・・・・・

その他の情報をお届けします

- ・日本知的障害者福祉協会では様々な情報を発信しております。

詳しくはこちら→<https://a02.hm-f.jp/cc.php?t=M1072876&c=3246&d=99c7>

■Back Number

過去のバックナンバーはこちら→<https://a02.hm-f.jp/cc.php?t=M1072877&c=3246&d=99c7>

■Plus Column

【レポート作成講座第3号／文章作法を守る】

レポート作成は進んでいますか。これからエンジンかけるぞと意気込んでいる皆さんも、もう一度文章作法を確認しましょう。ここでは、例年1学期に多い文章作法のルール違反についてお伝えします。

目立つ誤字については、ワード変換が皆さんを助けてくれると思います。手書きの方は、行頭禁則を守るとともにご注意ください。文体は「である体」で統一することとされていますが、「です・ます体」の方や混在している方が多くいます。また、段落に関するものでは、1文字下げがされていない、段落がない、逆に10段落もあるようなレポートもあります。過剰な謙譲表現を使っていたり、150字を超える長文で、文意が伝わらなくなったり、主語と述語が一致していないものもあります。また、数字やアルファベットのひとマスへの入れ方や、断りなくソーシャルワーカーのような長い用語を「SW」と略してしまうこともよくあります。「受講の手引」をもう一度確認してください。

文章作法が守られていないレポートは、審査の前に、事務局の判断でいったんお返しします。「そこまでするか」と思われるかもしれませんが、文章作法は社会人の常識です。身につけていきましょう。業務での記録や報告書等の質が格段に上がると思います。養成所一同応援していきます。今回は、引用・参考文献の表示についてお伝えします。

【Plus Quiz 正答と解説】

国家試験にむけた勉強をどのようにするかを考えると、参考になるのが「記憶」のメカニズムです。共通科目テキスト2「心理学と心理的支援」第2章第5節にその説明があり、いくつかのヒントをもらうことができます。

ここでは、澤田誠「思い出せない脳」（講談社現代文庫）から紹介します。

脳の機能からいうと、思い出そうと頑張れば頑張るほど、本当の答えは抑制され、ますます思い出せなくなってしまうのだそうです。澤田は、どうせ頑張るならば、記憶を作る過程で頑張ることが重要だといいます。覚えたいことに注意を向け情動を動かし、脳が苦手な覚えにくい意味記憶をエピソード記憶に変換し、更に定期的に思い出してメンテナンスをすることだといいます。

過去問に向かうときにも、答がわかって「そうだったのか！」と情動が動くことが重要で、ふーんと思うだけでは忘れるといいます。また、思い出したときに紐付けをして記憶すると忘れにくくなるそうです。養成所の先輩も人名や用語を覚えようと由来を調べたり、顔写真や動画を見たり、トイレに付箋を貼ったりしたという工夫をしていました。そこにエピソードが生まれるといいます。

ところが、最後に警告もありました。記憶は劣化するそうで、忘れたくない記憶は定期的に思い出すことが必要なのだそうです。だからこそ先輩の、隙間時間に一問一答のスマホアプリを繰り返したり、過去問を理解するように何回も解いたという学習方法は頷けます。皆さん、根拠ある勉強を始めませんか。

1. ×手続き記憶ではなく、作動記憶（ワーキングメモリー）の例です。作動記憶は、外部からの刺激の視覚的、音響的な特徴を一時的な情報処理のためにそのまま短期的に覚えることで、数十秒程度しか保持されません。
2. ×感覚記憶ではなく、手続き記憶の例です。手続き記憶は、言葉での説明は難しいものの動作として覚えている記憶です。いわゆる体で覚えるといわれるもので、無意識に作られ長期的に保持されます。
3. ×展望的記憶ではなく、エピソード記憶の例です。エピソード記憶は、過去の体験や出来事についての記憶で、その日時や場所等の情報を含みます。
4. ×エピソード記憶ではなく、展望的記憶の例です。展望的記憶は、未来の予定や約束に関する記憶のことです。
5. ○事物の意味や概念等、一般的な知識としての記憶を意味記憶といいます。その保持内容を言葉で説明できるという

もので、同様に言葉で説明可能なエピソード記憶と共に宣言的記憶に分類されます。

※記憶については、第 29、31、32 回で出題されています。

※掲載内容の転載・再配布はご遠慮ください。

※メール内容に対する個別の対応は行っておりません。

※問い合わせ等については社会福祉士養成所ホームページより行えます。

〒105-0013 東京都港区浜松町 2-7-19 K D X 浜松町ビル 6F

Copyright2016 YoseijoNewsplus