

# 理学相通信

2023 年度理学系学生相談室通信 Vol.3



あけましておめでとうございます！理学系学生相談室です。  
今年もまた、新しい一年が始まりました。今年は皆さんにとって、どのような一年になりそうでしょうか？きっと、ご卒業される方も、引き続き在籍される方も、仕事や学業に従事する一年になるだろうと思います。  
さて、今回のぷちっと心理学では、動機づけ（モチベーション）の研究で提唱された、「エンゲージメント」という概念について紹介します。仕事や勉強、研究に向き合う際に、ぜひ活用してください！

## ぷちっと心理学

## — エンゲージメント —

### エンゲージメント (engagement) とは…？

- ・ 「課題の遂行プロセスにおいて、行動的、認知的、感情的に自分自身を駆使して表現している状態」と定義される (Kahn, 1990)。  
⇒つまり、「行動・認知・感情という3要素を使って課題に取り組んでいる状態」ということ。
- ・ 仕事のモチベーションに関する研究に始まり、近年では学習活動にも適用される (鹿毛, 2013)。
- ・ エンゲージメントが高い状態でものごとに取り組むことができると、身体的、精神的、社会的に良好な状態であることが明らかになっている (Schaufeli & Bakker, 2010)。

### 【エンゲージメントの3つの要素】

#### 行動的エンゲージメント

どの程度関与できるか、継続して努力できるか、我慢強く行えるかといった、特定の学習や仕事に対する態度

#### 認知的エンゲージメント

目標や計画を立てて行う、やることを細かく分割して行うなど、学習や仕事における方略の深さ

#### 感情的エンゲージメント

興味深さや楽しさ、退屈や不安といった、学習や仕事に付随する感情



集中力が高まらない時は、3つのエンゲージメントの状態を振り返り、工夫して物事に取り組んでみよう！

誰かに話を聞いてほしい、と思ったときは

電話 (052-747-6709) やメール (ri-soudan@t.mail.nagoya-u.ac.jp) でご連絡をください 😊

相談申し込みフォーム→

