

よ かんが
【読む×考える】

しんりがく まな
23 心理学を学ぶ

かいとうれい かいとう
解答例／解答のポイント

LEVEL 1

かいとう
解答

c

LEVEL 2

かいとう
解答

a

かいとう
解答のポイント

- 3段落目の「ワーキングメモリの負担を減らす方法の例」に挙げられている「チェックリストを確認する」が当てはまります。
- dの選択肢も忘れ物を減らすという点では有効ですが、文章の中では触れられていません。

LEVEL 3

かいとうれい
解答例

例①：私もワーキングメモリの負担を減らすために、毎日同じ場所に物を置いたり、特別なものは絶対に忘れないようにスマホのリマインダーに入れたりしています。以前はよく宿題を忘れましたが、今は忘れなくなりました。また、友だちの約束も時間を間違えたり忘れたりしなくなりました。

例②：忘れ物をする理由は、1日の中でしなければならないことが多すぎるからだと思えます。急いでいる時は忘れてしまうし、毎日無意識にやっていることは特に忘れやすいです。続けるためには、スマホのリマインダーを使ったり、リストを作ったり、自分の記憶力以外のものを使ったりしたいと思います。

かいとう
解答のポイント

- ①自分が忘れ物をした経験を思い出し、その後工夫をしているかどうかを考えて書きます。工夫をし初めてから、忘れ物が改善されたかも書くとよいでしょう。
- ②自分が忘れ物をした時に、どんな状況だったかを思い出すと理由と結びつけやすいです。忘れ物をしない工夫は、自分がしているものでもいいですし、クラスメイトに聞いてから書いてもいいと思います。
- 気持ちの面ではなく具体的な行動であること、すぐに実行できる工夫であることがポイントです。