



## ワーク 14 自分の学習スタイルを把握する

以下の学習スタイル診断で、自分にあった学習スタイルを探してみましょう。

### 診断A

1. 新しい機種携帯電話を買う時に、購入の決め手となるのは？

- (ア) デザインのよさや見栄え
- (イ) 販売員による説明やトーク
- (ウ) ウェブサイトに書いてある仕様や詳細
- (エ) 実際に手に取ってみた時の感触

2. 駅のそばまでは来ているのに駅に行く道に迷っている人に、行き方を聞かれた場合は？

- (ア) 地図を書く、地図を見せる
- (イ) 行き方を口頭で伝える
- (ウ) 行き方を簡条書きにして書く
- (エ) 一緒に歩いて連れて行く

3. 友人や家族の誕生日祝いに料理をつくらしたら？

- (ア) インターネットや料理本の写真を見て、つくるものを決める
- (イ) 友人や家族につくってほしい料理やそのつくり方を聞く
- (ウ) レシピ本やレシピサイトを読む
- (エ) 何も見なくても料理の仕方を知っているものをつくる

4. 操作が複雑なアプリの使い方を覚える時は？

- (ア) 図表やチャートにして使い方の流れを覚える
- (イ) 誰かに説明してもらったり、質問をして覚える
- (ウ) 解説書を読んで手順を覚える
- (エ) 他の人がやっている様子を見て覚える

5. 電話番号を覚える時は？

- (ア) 電話のキーパッド(数字ボタン)の位置をイメージしながら覚える
- (イ) 何度も番号を声に出し、音やゴロ合わせで覚える
- (ウ) 番号を書いて覚える
- (エ) 電話のキーパッドの数字ボタンを押す動作と関連付けて覚える

6. 大事なプレゼンの準備をしたら？ まずは、

- (ア) 図やチャートで趣旨を整理しながら組み立てる
- (イ) キーワードを選び、話しながら内容を組み立てる
- (ウ) 話す内容を書き出して、何度も読み返しながら内容を組み立てる
- (エ) 事例を集め、できる限り具体的なプレゼンを組み立てる

7. 2回目に行くレストランで何を食べるかを選ぶ時は？

- (ア) まわりの人が何を食べているかを見たり、メニューの写真を見る
- (イ) お店の人におすすめを聞いたり、友人の意見を聞く
- (ウ) メニューに書いてある説明書を読む
- (エ) 前に食べたことのあるメニューにする

8. 他者から評価やフィードバックをもらったら？

- (ア) 図やグラフを使ってもらいたい
- (イ) 口頭で言ってもらいたい
- (ウ) 文章にしてもらいたい
- (エ) 実際の自分の行動・成果を例にあげてもらいたい

9. よいと思うプレゼンは？

- (ア) スライドのデザインがよく、見やすい
- (イ) ディスカッションや質疑応答が充実している
- (ウ) 配布資料がしっかりとしている
- (エ) デモンストレーションや実践が多い

10. 単語を覚える時は？

- (ア) 単語をカテゴリー別に色分けしたり、表や一覧にする
- (イ) 何度も声に出したり、リズムよく繰り返す
- (ウ) 何度も単語を見て、書き出す
- (エ) 実際に会話で使ってみる

診断B

11. 外国語で会話をする時は？

- (ア) 文法や単語の基礎知識をしっかりと学んでから話したい
- (イ) 人が話している様子を注意深く観察してから話したい
- (ウ) 細かいことは気にせず、伝えたいことが伝わればいい
- (エ) 人とつながることが目的なので、楽しく話せればいい

12. 外国語の本を読んでいてわからない単語があったら？

- (ア) すぐに辞書で意味を調べる
- (イ) 読み進めて全体を理解することで、単語の意味を推測する
- (ウ) あまり気にせずに、どんどん読み進める
- (エ) 誰かに単語の意味を聞いて確かめる

13. 外国語で会議などに参加する時は？

- (ア) 間違っていると嫌なので、できるだけ黙っている
- (イ) まわりが発言する様子をよく見て、流れを理解しようとする
- (ウ) 詳細は伝わらなくても、趣旨だけでも伝えようと発言してみる
- (エ) まずは会議の参加者と雑談を試みる

14. 文法を勉強する時は？

- (ア) 参考書などを読み、文法の基本ルールを覚える
- (イ) カテゴリー別にわけたり、自分なりに理解しやすい方法で覚える
- (ウ) 文法書をじっくり読むより、問題を解きながら覚える
- (エ) 覚えた文法を使って文章を書いたり、会話で使いながら覚える

診断C

15. 勉強をする時は

- (ア) 1人で勉強する方がはかどる
- (イ) グループで勉強する方がはかどる
- (ウ) 勉強は1人ですが、友人とオンラインで繋がりながら勉強するとはかどる

16. 単語を覚える時は？

- (ア) 1人で黙々と暗記したい
- (イ) 仲間と問題を出し合いながら覚える
- (ウ) 暗記自体は1人でしたいが、その成果をネット上やSNSで仲間と共有したい

ア、イ、ウ、エがそれぞれ何個あったかを数えましょう。1つにつき1点と換算し、以下にまとめてみましょう。診断A, B, Cのそれぞれの点数の高いものが、あなたの学習スタイルの傾向です。

- 診断結果を見て気が付いたことはありますか？
- それを今後の学習にどう活用できますか？

診断A	(ア)視覚型 図やグラフ、画像など、目に見えるものを通した学習が得意 点	(イ)聴覚型 音やリズムなど、耳から入ってくる情報を通した学習が得意 点	(ウ)読み書き型 文字を読んだり、書き出しながら学習することが得意 点	(エ)運動感覚型 経験や実践的な活動を通して学習することが得意 点
	(ア)理論型 まずは基本的な知識をしっかりと学びたいタイプ 点	(イ)熟考型 全体を体系的に理解したいタイプ 点	(ウ)活動型 考えるよりも先に行動したいタイプ 点	(エ)実践型 物事を具体的に考え実践するタイプ 点
診断C	(ア)個別学習型 1人で学習する方が集中できて効果的 点	(イ)グループ学習型 他の学習者と一緒に学習する方が効果的 点	(ウ)ハイブリッド型 個別に学習しながら他者と繋がると効果的 点	



## ワーク 15 いろいろな学習戦略を知る

ワーク14の「学習スタイル診断」の結果から、自分にあった学習戦略を探してみましょう。

使ったことのある戦略やこれから使ってみたい戦略などがあったら、チェックボックスに  をつけてみましょう。

### 診断 A

#### 視覚型

- リストやアウトラインをつくと物事が頭に入りやすい
- 図や絵(イラスト)にすると理解が早い(実際に書き出せない場合は、頭の中で描くとよい)
- 大事な箇所は、蛍光ペンなどでハイライトする
- 多読をする時は、音読よりも黙読が向いている
- 相手の表情、しぐさ、目の動き、距離感などに意識がいきやすいので、会話の練習をする時は、そこに着目しながら行くと効果的
- スピーチやレクチャーは、いったん自分の頭の中で考える時間をおいてから全体を理解すると、わかりやすい
- モチベーションの上がる写真や絵を目に見えるところに置いておくと、学習のやる気が上がりやすい

#### 聴覚型

- 文字を読むより、誰かに口頭で説明を受けた方がわかりやすい
- 一般的に会話が得意で、何かを説明するのがうまい
- 声のトーンや相手の口調を聞き取るのが得意なので、会話の練習をする時には、そこに着目しながら行ってみよう
- 教材に付属した音声ファイルなどを使い、シャドーイングを積極的に取り入れる

- 音読を重視した学習をする
- 暗記をする時は、リズムに乗せて覚えたり、替え歌をつくると効果的
- やる気の出る1曲を選び、モチベーションの管理をする練習をすると、音楽を聴かなくてもその曲を想像するだけでやる気が出てくる

#### 読み書き型

- 文字や活字を読んで情報を収集するのが好き
- 書き写すと覚えが早い
- 物事を言葉で表現するのがうまいので、自分なりにノートをまとめると学習がはかどる
- 静かな環境で黙々と勉強することを好む傾向がある
- 多読をする時は、音読よりも黙読が向いている
- 目標やモチベーションの上がることばを書き出し、目に見えるところに置いておくとよい

#### 運動感覚型

- 基本的にじっとしているのが苦手なので、机に向かって学習するよりも「ながら学習」が得意(ジョギング、家事、入浴などをしながら単語を覚えるなど)
- 最初に理論を理解するよりも、まずは行動してから理論を学ぶ方が得意
- 頭の中だけで考えを整理するのではなく、書き出したり、独り言で考えをまとめたり、誰かに考えを伝えたりすると効果的
- 学んだことはすぐに実行に移すとよい(実際の会話、ロールプレイなど)
- 机に向かって集中できない場合は、無理にその場で頑張らず、身体的な動作と連動した学習方法を試してみる(覚えたい単語のリストを壁に貼り、そこまで往復しながら覚えるなど)
- モチベーションを管理する時は、呼吸や身体の状態を整えることにフォーカスするとよい

## 複合型

- 視覚型、聴覚型、読み書き型、運動感覚型のすべての要素をバランスよく持っている
- どれか1つの学習スタイルに特化するのではなく、いくつかを組み合わせると効果的
- 映画を使った学習の場合、まずは映画を見る、スクリプトを読み込む、何度も声に出して練習する、どれか1つの役になりきってセリフを覚えるなど、1つの教材を多角的に使うことが向いている
- 単語を覚える時は聴覚型、会話は身体動作型、学習計画を立てる時は視覚型など、それぞれの場面で効率のいいスタイルを組み合わせるのもおすすめ

## 診断B

### 理論型

- 基本をしっかりと学び、正確性を重視する学習方法が好き
- 何事も自分なりにまとめ、理解を深める時間をとると効果的
- 何かを暗記する時も、単なる暗記作業にするのではなく、単語を覚えることの意味を確認したり、覚えた単語をどうすれば実践に使えるかなどを考えるとよい

### 熟考型

- 物事を様々な視点から観察したり推理することが好き
- 注意深く人の意見を聞くので、物事に対する理解が深い
- 考えすぎで行動ができなかったり、決断に時間がかかることがあるので、考えを行動にうつす努力をしてみよう

### 活動型

- 新しいことにどんどん挑戦しながら学ぶことが好き
- とにかくまず動くという活発さと柔軟性がある
- 思慮深さに欠けることがあるので、計画を実行する時は忍耐をもって取り組もう

## 実践型

- 学んだことが実際に使えるかどうかを試して学ぶことが好き
- 失敗を恐れなくてどんどん実践をするので、外国語を使ったコミュニケーションの上達が早い
- 実用性を重んじるため、細かいルールをあまり重視しない傾向があるので、しっかりと基本を学ぶ努力もしてみよう

## 診断C

### 個別学習型

- マイペースで淡々と勉強することが好き
- 他人を気にせずに、自分に適した方法で学習できる
- 自分が集中できる場所や時間を把握しておく、さらに効果的

### グループ学習型

- 他者と共同で学習することが好き
- お互いに刺激を受けながら、より学習を深めることができる
- わからないことを聞き合える環境で学ぶとよい
- 学習仲間と単語テストを出し合う、学習成果を報告し合うなどが効果的

### ハイブリッド型

- 学習そのものは1人であることが好きだが、周りに誰かがいる方が集中できる
- 図書館やカフェで学習するのが効果的
- 自宅の場合は、仲間とオンラインでつながりながら学習するとよい(例: Zoomをつないで、お互いに勉強している様子が見えるようにする)