

## 言語学習日誌の利用による自律的学習者育成の試み

木 村 隆\*

The Use of Language Learning Journals as a Way to Foster Autonomy in Learners

Takashi KIMURA

### 1. はじめに

大学生が勉強をしなくなったと言われるようになって久しい。中学生、高校生、大学生の家庭学習時間を調査した大和他(2005)によれば、家庭学習の時間は多い方から中学校、高校、大学の順であった。学習内容は、中学・高校・大学の順に高度になっていくので、本来は家庭学習時間もこの順に増えていかなければならないはずである。また、大和他(同上)では、大学生に関してはアルバイトと家庭学習時間との間に有意な負の相関関係が存在することも示された。つまり、アルバイトに多く時間を割く学生ほど家庭学習の時間が少ないのである。アルバイトに時間を取られて家庭学習が疎かになるのであれば、アルバイト時間を減らすなどの自己調整も必要となってくるであろう。いずれにしても、外国語学習のようにその成果が現れるまでに多くの学習時間の積み重ねを要するような科目においては、教室外での自主的な学習がその成否を握ると言っても過言ではない。授業のあり方を論じる際に、教室内での学習だけではなく家庭など教室外でいかに自律的な学習をさせるかを考える必要があるだろう。

「学習者の自律」というのは、Macaro(2001)が指摘するとおり、明確に定義された概念ではない。加えて、国内外で自律に関する認識の違いもあるように見受けられる。しかし、簡単に言えば「何をどう学ぶかを自分で決めて計画を立て、それを実行し、その結果を自分で評価できる」ということである。大学生になれば、履修内容はある程度自分で決めることができる。たとえ必修科目となっていたとしても、将来の進路や必要性に合わせて各科目の履修に割くエネルギーに軽重をつけることもできるはずである。必要ならば、大学のほかに専門学校に通って資格等を身につけることもできるであろう。そのためにアルバイトをして学費を稼ぎ出さねばならないかも知れないが、そうすると生活時間の配分を考えることが必要となってくる。日々の学習状況を振り返って軌道修正をする必要も出てくるであろう。学習者の自律とは、学習に関わるこのような判断を自分自身で適確に下し得る能力を備えることなのである。

---

\* 文化情報学部 文化情報学科

学習者が学習を自律的に進めていくためには、メタ認知能力が欠かせない。外国語学習におけるメタ認知とは、学習者が「自らの言語処理過程をモニタリングし、適切な修正を行い、新たな目標を設定するという司令塔の機能を担うもの」である（大学英語教育学会学習ストラテジー研究会、2005, p. 29）。つまりメタ認知能力の備わった学習者は、自ら言語学習上の目標を設定し、環境を整え、適切な手段や方法を用いて言語タスクを遂行する。そしてタスク遂行後はもちろんのこと、タスクを行っている最中にも自らの学習状況を振り返り、目的や方法などに関して適切に修正を施していくのである。メタ認知が具体的な課題解決を目指して用いられる時、それはメタ認知ストラテジーと呼ばれ、学習者が自らの学習を効率的にまた自律的に行っていく上できわめて重要なものと考えられている。

このようなメタ認知能力を高めるための方法として、「学習日誌 (Language Learning Journal)」の利用が注目を浴びている。学習日誌とは、ノートなどを利用して教室内外の学習経験や学習活動に対する自分の感想などを記録するものである (Richards, Platt, & Platt, 1992, p. 208)。Oxford (1990) は、学習日誌をつけることを情意ストラテジー<sup>1)</sup>のひとつと考え、学習日誌は言語学習過程で生じるさまざまな感情や態度などを学習者自らが把握するのに役立つと述べている (p. 144)。学習日誌はまた、記入過程で学習者の自己洞察を促し、より深い内省を導き出す可能性を持つ (山内, 2003, p. 253) ことに加え、教師が個々の学習者の学習スタイルを理解したり学習状況を把握したりするのにも役立つと考えられる。もちろん多くの研究者 (例えば、Wenden & Rubin, 1987; McDonough, 1995; Marco, 2001) が指摘しているように、日誌に記述された内容の全てが真実であるとは限らないし、学習者があえて記述しなかったことの中に重要な事実が隠されている可能性もある。しかしながら、学習日誌に記された内容から学習状況を的確に把握し、授業の改善に結び付けていくのは十分可能なことであろう。

白杵 (1996) は、日本人大学生の英語学習者に対して対話型の学習日誌<sup>2)</sup>を書かせ、学習日誌を学習者トレーニングの方法として利用することがどれほど有効かを検討した。3ヶ月間の授業実施の結果、日誌の記入を肯定的に捉えた者はクラスの8割に達し、また日誌記入を自律性向上への方法と考える者も半数を超え、学習者自身が自分の学習を振り返って書く学習日誌は、自己洞察や自己評価に役立つと結論づけている。さらに、学習日誌による自律への働きかけが行われたクラスの学習者は、そうでないクラスの学習者と比べて自主学習を心がけている者の割合が高かったと報告している。ただし、白杵 (同上) においては、授業外の自主学習がどのようなものか明らかにされておらず、学習日誌を実施したことによる自主学習時間の変化も明らかになっていない。

本研究においては、以上に述べたような学習日誌の教育的価値に注目して授業で指導し、(1)大学生学習者に対して学習の自律性を身につけさせる上で学習日誌は有効かどうか、(2)有効ならば学習過程のどのような側面に対してどれほど有効なのか、の2点について検討することにした。学習の自律性に関しては、アルバイトや英語の家庭学習にどれほど時間を費やすかを自律的な学習行動の指標のひとつと考え、「学習日誌」を書かせることによってそのような時間がどう変化するかを調査・検討する。また、学習日誌に書かれた内容を分析することにより、学習日誌の記入を通じた自己洞察・自己評価が学習者の学習方法や学習過程にどのような影響を与えているのかを考察する。

## 2. 方 法

### 2.1 調査対象者と割り付け

本研究のための調査は、私立女子大学の英語クラス（4クラス）をそのまま使って行った。これらはそれぞれ異なった科目のクラスであるが、すべて英語を専門としない同一学部の開講クラスである。4クラスのうちで、筆者が授業を担当する2クラス（1年生29名、3年生20名）を実験群として学習日誌を利用した指導を行い、別の教員が授業を担当する2クラス（2年生28名、3年生28名）は、統制群として次に述べる調査のみを行った。

### 2.2 調査内容・調査時期

調査対象者のアルバイト時間、学外での講座受講、家庭学習の時間やその方法などを知るために、14項目の質問から成る質問紙を作成し（資料1参照）、授業時間を利用して一斉に調査を行った。調査を実施した時期と回数は、実験群・統制群の4クラスとも平成17年5月上旬と6月下旬の2回である。なお、2回の調査データの対応を確認するために、全員に学籍番号の記入を求めた。

### 2.3 学習日誌を利用した指導

実験群の学生に対しては、平成17年5月中旬から7月中旬までの8週間にわたり、毎日、「学習日誌」を記入するよう求めた。学習日誌には、全く自由に記入させるものと一定の構造（項目）を与えて、それに答える形で記入させるものがあるが、本研究では、学習者が学習のさまざまな側面について振り返ることができるよう後者のタイプとし、Graham（1997）やChamot et al.（1999）を参考にして、資料2のような様式を作成した。この様式をA4の紙に印刷して学生に配布し、土曜・日曜を含む毎日、一枚ずつ書くように指示した。記入する際の言語については、学習者が内省を自由に記述できるよう日本語を用いることにした。5月中旬の第1回目の授業では、この学習活動の目的と意義について説明し、記入例（資料2）を配布して記入方法を指導した。また、各学生にその日以降7日分の記入用紙を配布した。さらに、短期・中期・長期の個人目標と目標実現のための計画を記入する用紙も、記入例（資料3）とともに配布した。2回目以降の授業では、授業中に前週配布の1週間分を回収し、翌週1週間分の用紙を新たに配布した。授業と授業の間の1週間で、筆者は回収した「学習日誌」に目を通してコメントを記入し、翌週以降の授業で返却した。個人目標と学習計画の記された用紙、および筆者から返却された日誌は、各自でファイル等に綴じて保存し、折を見て読み返すよう指導した。

なお、実験群の2クラスおよび統制群の2クラスとも、授業はそれぞれの科目の統一シラバスに従って行われているため、実験群の学生に対して上記の要領で学習日誌と個人目標・学習計画の記入を求めたほかは、特別な指導を行わなかった。学習日誌の記入も授業時間外の課題である。ただし、学習日誌に記されていた内容で、多くの学生に共通して有益と思われる事柄については、機会をとらえて授業時に取り上げ口頭でコメントした。

### 3. 結果と考察

調査内容のうち、家庭学習ととりわけ深い関連を持つと思われる質問項目、すなわち、(1)アルバイト時間、(2)大学授業に関する家庭学習時間、(3)自主的に行う家庭学習の時間について、2回の調査結果を比較した。この比較では、2回の調査でそれぞれ対応のあるデータが必要となるため、どちらかの調査を欠席した学生のデータは分析の対象から除外した。分析の対象となったサンプルの数は表中の括弧内に示したとおりである。統計分析の結果、統制群の「アルバイト時間」と、実験群の「大学授業に関する家庭学習時間」および「自主的に行う家庭学習の時間」に関して、2回の調査結果で有意な差が認められた。以下では、考察を交えながらそれぞれの結果について述べる。

#### 3.1 アルバイト時間の変化

表1は、実験群（日誌群）と統制群（非日誌群）の学生の、1週間あたりのアルバイト時間を比較したものである。調査対象者の全員がアルバイトをしているわけではないので、実験群・統制群ともサンプル数がやや少なくなっている。表では、実験群のアルバイト時間が第2回調査でやや増加し、逆に統制群のアルバイト時間が減少したことが示されている。

実験群では、学習日誌の記入を通して各自が自主的に生活時間を見直し、必要ならばアルバイト時間を減らすことも期待したわけだが、実際に減らした学生は8名しかおらず、学習日誌による内省だけでそのような変容を期待することには無理があったようである。また、有意ではないが実験群でアルバイト時間がやや増加しているのは、この群の多く（67%）を1年生が占めていることにも起因していると思われる。第1回の調査が行われた5月上旬では大学生活に慣れるだけで精一杯だった1年生が、6月下旬の調査時点では大学生活に慣れてアルバイトの回数や時間を増やした可能性は十分考えられることである。

一方、統制群では第2回調査で平均アルバイト時間が大きく減少している。個々の回答を確認してみると、アルバイトをしていると答えた45名のうち、1回目調査と比べて時間が減少した者が27名、変わらない者、増加した者がそれぞれ9名であった。統制群においてなぜ多くの学生がアルバイト時間を減らしたのか、今回の調査で得たデータだけからその理由を推し量ることは困難であるが、学生の消費行動の変化や授業負荷などさまざまな要因が関係しているものと考えられる。フォローアップ・インタビューなどを実施して、アルバイト時間の変動に関わる要因を解明していくことが必要であろう。

表1 アルバイト時間の変化と  $t$  検定結果

	第1回調査		第2回調査		$t$ 値
	平均	標準偏差	平均	標準偏差	
実験群 ( $n=33$ )	16.40	6.90	17.67	6.12	-1.28
統制群 ( $n=45$ )	16.24	7.50	12.73	7.77	3.41**

\*\* $p < .01$

### 3.2 大学授業に関する家庭学習の時間の変化

表2は、大学授業に関する家庭学習、つまり普段の授業の宿題や教師から指示された予習復習などに費やす時間の変化を示したものである。統制群では第1回調査で1週間あたり平均1時間程度であったのが第2回調査で0.8時間程度に減少し、実験群では平均1.5時間程度だったのが2.2時間程度に増加している。どちらの群の学習時間も極めて少ないが、これは、この質問ではテスト前やレポート提出前など、一時的に集中して学習する期間を除いたふだんの家庭学習時間の記入を求めたことによるものと思われる。

表では実験群の学習時間が有意に増加しているが、これは「学習日誌」による振り返りの効果が現れた結果なのかもしれない。後に続く「学習日誌の記入内容」の分析を通して、この学習時間の増加が学習日誌の記入によるものなのかどうかを質的に検討する。実験群の学習時間が増加した一方で、統制群の平均学習時間は若干減少しているが、第2回調査を行った6月下旬というのは、7月下旬に行われる前期定期試験までまだしばらく時間のある時期である。このため、この時期の統制群に、いわば「中だるみ」的な学習時間の減少が起きていたのかも知れない。

表2 大学授業に関する家庭学習の時間の変化と *t* 検定結果

	第1回調査		第2回調査		<i>t</i> 値
	平均	標準偏差	平均	標準偏差	
実験群 ( <i>n</i> =43)	1.45	1.74	2.18	3.08	-2.31*
統制群 ( <i>n</i> =49)	1.01	1.37	0.78	1.14	1.49

\**p*<.05

### 3.3 自主的に行う家庭学習の時間の変化

表3に示されているように、実験群では、自主的に行っている家庭学習の時間に関しても有意な増加が見られた。この質問項目で調査対象者に記入を求めたのは、前節で述べた大学授業に関する学習時間から、「教師の指示による課題や宿題に費やす時間」を除いたものである。したがって、記入された時間は、進んで行う予習復習や授業に関連した自主学習に費やされた時間と考えてよい。調査の結果、統制群の学習時間にほとんど変化が見られない一方で、実験群の平均値は一ヶ月半の間に2倍近くに増加している。学習日誌を記入した実験群では、自主的な予習復習をきちんと行うようになってきたのかもしれない。この点についても、学習日誌の記入内容を分析することによって質的に検討する。

表3 自主的に行う家庭学習の時間の変化と *t* 検定結果

	第1回調査		第2回調査		<i>t</i> 値
	平均	標準偏差	平均	標準偏差	
実験群 ( <i>n</i> =43)	0.71	1.00	1.27	1.88	-2.58*
統制群 ( <i>n</i> =49)	0.49	0.79	0.52	0.92	-0.38

\**p*<.05

### 3.4 学習日誌の記入内容について

#### 3.4.1 日誌記入率

2.3で述べたとおり、実験群の2クラス（1年生クラス29名、3年生クラス20名）においては、授業内容の一部に学習日誌の記入を含めた。毎日の日誌の記入は、これだけで学習者にかなりの負担を強いるものであるが、実験群全員に関して、「実際に日誌を記入した日数」を「日誌を記入すべき日数」で割ることによって「日誌記入率」を算出してみると92.1%となり、実験群に在籍した学生は、きわめて熱心にこの課題に取り組んだことがわかった。

#### 3.4.2 学習者が日誌の記入を通して内省すること

前述のとおり、学習者は授業内の学習と授業外の学習について毎日記入することになっている。授業内の学習に関しては、筆者の授業だけでなく、出席している他の大学英語授業や英会話学校の授業などについても記入する。授業外の学習に関しては、予習・復習のほか、テレビ・映画・音楽を利用した学習などについて記入する。

記入内容を分析した結果、学習者は日誌を記入しながら英語学習に関連するさまざまな事柄に思いをめぐらすことがわかった。以下では、学習者のこのような内省について、実際に記入された内容やそれらに対する筆者のコメントを例に取って考察する。また、3.2および3.3で述べた「大学授業に関する家庭学習時間の変化」や「自主的に行っている家庭学習時間の変化」に関連する記述があれば、それらにも言及して考察を進めていきたい。なお、【 】内は、内省が記入されていた項目（用紙上の見出し）である。

#### 学習や生活の振り返り

〈例1〉「英語の授業は1年生の時以来あまり真剣に取り組んでいなかったかもしれない。だから、この授業が英語の勉強を再び始めるいい機会になったと思います。もっとこまかな目標を立ててがんばりたいです。」【感想・質問】

〈例2〉「今日は学校とバイトでやる気になりませんでした。しかし、今考えると、私は学校への往復に4時間かかるので、その時間を英語の勉強に使えばいいことにやっと気づきました。」【感想・質問】

例1では、英語学習に対するこれまでの自分の消極的な姿勢を反省し、新たな決意を表明している。日誌への記入を通して英語学習への再挑戦への意識が高まっているように思われる。例2では、自分の生活時間について振り返り、合理的な時間の使い方についての気づきを得ている。アルバイトに多くの時間を費やしている学生が多いことは表1に示されているとおりが、時間をうまく使えば教室外での学習時間を確保することも不可能ではない。筆者はこの学生に対して次のようにコメントし、具体的な学習方法をアドバイスした。

コメント：そうですね。座ることができるのなら、英語の本を読んだり英文を書いたりできるし、立ったままだったら携帯型のオーディオ・プレーヤーなどでリスニングの練習をすることができます。車内で目につくものを心の中で言い表してみれば、スピーキ

ングの練習だってできないことはないですよ。

### 自己洞察

〈例〉「TOEIC でも英会話でも、自分の単語力のなさにガッカリし恥ずかしくなる。まだまだ努力が足りないと反省。もっと前から勉強すればよかった。追い込まれないとやらない性格を直したい。」

この学生は、市中の英会話学校に通い、英会話と TOEIC 対策講座を受講している意欲的な学生である。同じクラスを受講している社会人と自分とを比較しながら自分の努力不足を反省し、弱点克服への意欲を見せている。

### 学習の自己評価

〈例 1〉（自分の学習意欲は高いと評価し、その理由を述べて）「わからないなりに一生懸命英語を聞き取ろうとしているから。」

これは、【学習意欲】の欄で、この学生が受講している授業に対する意欲を自己評価し、その理由を書いたものである。この学生は、自分の学習意欲を 5 段階のうちの上から 2 番目であると評価し、その理由を上のように述べているのである。同じ学生は、【達成したこと・身についたこと】の欄で、次のようにも自己評価している。

〈例 2〉「前よりも英語の単語や英文の成り立ちがわかってきました。前は全くわからなかったのに、少しは訳せるようになりました。」

上では、英語力の向上を「訳せるようになること」と短絡的に捉えていることに問題がないわけではないが、自分の進歩を客観的に見つめていることを示す記入内容と言える。

〈例 3〉「今日はとりあえず単語を 30 個覚えるのが目標だったので、それを達成できました。」  
【達成したこと・身についたこと】

この学生は【質問・感想など】の欄で、「ちゃんと勉強する前に目標があると気合が入る」とも書いている。主体的な学習には自分で明確な目標を立てることが重要であることがわかる。

### 感情の表出

〈例〉「日々、何らかの力がついているのでしょうか……」【達成したこと・身についたこと】

この学生は、以前ホームステイしたことのある家庭のホストファミリーと電子メールのやり取りをしているのだが、記入項目の【難しく感じたところ】で「言いたい事がうまく書けないし、いまだに辞書が手放せない」と述べ、その後で上のように述べて自分のライティング能力の向上に不安と疑問を抱いているのである。この学生は、電子メールくらいは辞書なしで書けるようにならねばならないという、誤まった思い込み（不適切な目標）を抱いているように見受けられるので、筆者は次のようにコメントして不安を取り除くように努めた。

コメント：(辞書が手放せないことに対して) 辞書を使って書いたって一向にかまわないですよ。私だって辞書を使いながら書いています。(力がついているかとの不安に対して) もちろん！ 間違いなく力はあると思います。ホストファミリーとのE-mail 交換をこれからも続けてください。

### メタ言語的な気づき

〈例1〉「リスニングが聞き取れないことが多かった。ゆっくり言ったら聞き取れる単語も、早く話すと全く違う単語に聞こえた。」【難しく感じたところ】

〈例2〉「リスニングは難しい。わからないところは、そういう単語なのか、それとも略してある(ex. And you →アンジュ)だけなのか、区別がつかない。」【難しく感じたところ】

英語が自然な速度で発話される時には、個々の単語の発音が変化し、辞書の発音表記のように発音されない。英語リスニングの困難さは、弱化(reduction)・同化(assimilation)・リエゾン(liaison)といった音声学上の現象によって引き起こされることが多いが、上の学習者たちは自分のリスニング学習を振り返ることによって、この現象に気づいている。このような気づきは、英語学習を効果的に行う上で大変価値のあるものである。このような気づきを得た学習者は、授業時にどのようなことに自らの注意を指向すればよいのか判断できるようになり、より主体的に授業に参加できると考えられる。

### 目標の確認

〈例〉「英語の授業は、しっかり聞いて話して、自分の中で予習復習するのが大事だと思った。来週は授業の予習を目標にがんばろうと思う。」【質問・感想など】

この学生は、授業を受けていく中で、自分から進んで予習・復習を行うことの重要性に気づいたようである。「来週」という、極めて短期の目標設定ではあるが、自分で目標を設定できることの意義は大きい。この学生の家庭学習時間を前節で論じた調査結果で確認してみると、第1回目の0時間から第2回目の1時間へと確かに増加している。上のような内省の積み重ねが自律的な学習態度を涵養し、家庭学習時間の増加にもつながっているであろう。

## 学習方法の工夫

〈例1〉「わからない単語が出てきた時すぐに調べられるよう、辞書を持ってテレビを見ればよかった。」【反省事項】

この学生はテレビで毎週いくつかの語学番組を見ている学生だが、ただ番組を見るだけでなく、いつでも語義を調べられるよう辞書を手元に置いて見ることを思いついている。その視聴態度はより積極的なものに変化してきていると言えよう。辞書などの学習資源をうまく利用し自分自身で問題解決を図ることができるのは、学習者としての自律にとって欠かせない能力である。また、この学生は、【工夫したこと（ストラテジー）】の欄において、次のようにも記述している。

〈例2〉「妹と一緒に見て、楽しみながら会話練習をした。」

周囲の人と協力して学習を進めることは、英語学習を楽しく効果的なものにする上で大変有益な工夫である。この学生は自分の学習方法を内省し、様々なやり方を試みることによって、学習方法のレパートリーを自ら拡大していると言える。

〈例3〉「通学のとき、電車の中で英語の本を読んだりした。」【工夫したこと（ストラテジー）】

この学生は、【達成したこと】の欄で「今日は時間をうまく使えたと思います」と述べ、通学電車の中で英文を読んだことに対して一定の評価を与えている。一方でこの学生は、【質問・感想など】の欄で、「電車に乗っていると、周りの人の視線が気になって勉強できません」とも述べて、車内で英語リーディングを行うことの難しさも指摘している。さらに、「電車での時間をうまく使いたいのので、車内での勉強の仕方を考えたい」と述べて、別の学習方法も模索している。筆者は、この学生に対して次のようにコメントしたが、試行錯誤しながら自分に合った学習法を見つけ出し続けるようになることは、自律的な学習者になるための重要なステップと言えよう。

コメント：視線が気になるということですが、まずは自分の課題に注意を集中してしまうことですね。それと、慣れもあると思います。あと、ヘッドフォンステレオなどを利用してリスニング練習をすることにしたら、まわりの人には気づかれませんか。

### 3.4.3 学習者との対話を通して可能になること

2.3で述べたとおり、本研究においては、対話型の学習日誌を使用して指導を行った。このような日誌の記入を通して学習者が内省する事柄については、3.4.2で述べたとおりである。一方、「日誌の記入」と「コメントの返却」という「対話」を通して教師が行うことのできる事柄にはどんなものがあるのだろうか。学習者の記述内容を分析した結果、それらは、「質問や相談に答えること」「助言をすること」「生活や学習の状況を知ること」「他で受けている授業の内容を知ること」「学習資源について情報を得ること」などである

ことがわかった。学生の記入内容を例に取り上げながら、各々について考察していきたい。

### 質問や相談に答える

〈例1〉「どうも熟語が苦手です。今日のように“quite a few”が出てきても、それが熟語なのかどうかも分かりません。」【難しく感じたところ】

大学生と言えども、中には文中で未知の表現に出会った時に辞書でどう調べたらいいのかわからない学習者もいる。本来は英語学習の初期の段階から適切に辞書指導がなされるべきであるが、授業時間の限られた中学・高校の教育現場では辞書の使い方についてはほとんど学習者個人の努力に任されているのが実情であろう。しかし、このような基本的な学習スキルに躓きを抱えたままでは、いくら本人にやる気があっても満足な家庭学習を行うのは困難である。辞書の引き方について授業中に質問するのは抵抗があるが、教師との1対1の対話が可能な学習日誌では、気軽に長年の疑問について聞くことができる。筆者は次のようにコメントして、学生の質問に簡潔に答えた。

コメント：個々の単語の意味だけで理解できない時は、熟語のことが多いですね。例えば“quite a few”の場合、辞書で“few”のところを開いてその説明にずっと目を通していくと、たいてい最後の方に“few”を含んだ熟語の一覧が出てきますよ。

〈例2〉「今日は一日中アルバイトで、疲れてやる気になりませんでした。疲れてしまっているでもできる勉強の仕方って、何かあるのでしょうか。」【質問・感想など】

生活時間の調査で明らかになったように、今回の研究に参加した学生の多くは相当な時間をアルバイトに費やしている。疲れて勉強に集中できなかったという振り返りの記述も多い。上の記入例からは、長時間のアルバイトの結果、疲れきって帰宅していることがわかる。一番望ましいのは、もちろん、アルバイト時間を減らすことだが、種々の理由でそれが難しいのなら、疲れていてもできる学習の方法を自分で工夫することである。健康管理の面も考えれば気分転換を兼ねた学習にならざるを得ないであろうから、高い学習効果を期待することは難しい。個々の興味に合わせた「余暇活動」の一部として英語を取り入れるよう、助言することが可能であろう。筆者のコメントは次のとおりである。

コメント：気分転換や疲労回復という感じでできることを考えるといいですね。例えば、歌が好きなら英語の歌を覚えてカラオケで歌うとか、映画が好きならディズニーのアニメを英語で視聴してみてはどうでしょうか。英語学習に関連したテレビ番組でもいいと思います。

〈例3〉「最近のニュースについて毎週話し合いをしています。単語でわからないものが多いので理解に苦しんでいます。」【難しく感じたところ】

これは中級者のための英会話の授業に関する記述内容である。ニュースなどの内容理解については既存の背景知識を有効に利用することが重要と考えられているが、このことを知らない学習者は多い。このような困難を抱える学生には、前もって日本語で新聞などに目を通しておき、話し合いのトピックについて知識を得ておくよう助言することができる。また、時事的な話題について自分が意見を述べる場合の語彙については、前もって英字新聞などに目を通して、役に立ちそうな表現を書き出しておくことも有効な手立てである。

コメント：日本語の新聞をよく読んで、社会問題についての知識を得ておいたり、前もって英字新聞に目を通して単語や表現に慣れておくと、理解が易しくなりますよ。

〈例4〉「楽しめて英語に触れられたから良かった。でも、本当はもっと話せるようになりたいから、どうしたらいいんだろう。」【質問・感想など】

この学生は、授業外の学習に関して、「洋楽を聴いた」と記入している。実際、若い英語学習者の多くは、好きな洋楽を通して英語力をつけることを望んでいる。しかし、ただ漫然と洋楽を聞いているだけではなかなか英語力の向上にはつながらないのも事実である。この学生もそのことには気がついていて、より効果的な学習方法について質問している。歌のリスニングから英語のスピーキングへという、いわゆる「スキル転移」に関するこのような質問は、ふだんの授業では出す機会の少ない質問であろう。この質問に対して、筆者は次のようにコメントして、洋楽への興味を基礎的な英語力の向上につなげていくことを期待した。

コメント：歌詞カードを入手し、辞書などを使って歌詞をじっくりと解釈し、そのあとはスラスラと音読できるようにくり返し練習すると、スピーキング能力やその他の面の英語力につながりますよ。

#### 生活や学習の状況を知ることができる

〈例〉「パソコン検定や秘書検定などの資格に加えて、TOEIC や英会話の勉強をするのは本当に大変だと痛感しています。」【質問・感想など】

3年生のこの学生は、近づく就職活動を意識して学外の様々な資格講座を受講している。大学授業についての予習・復習の時間が減少している一方で、就職難の時代を反映して、最近では特にこのような資格講座の受講が増加しているように思われる。さらに、このための学費を稼ぐためにアルバイトをする例も少なからずある。大学の授業よりも学外の資格講座を重視しがちな傾向の是非はさておき、教師は、最近の大学生の多くがこのような多忙な日常生活を送っていることを承知しておく必要がある。大学授業の予習・復習だけに授業外の時間を集中して使うことができた時代と同じ量の家庭学習を期待するのは、もはや現実的とは言えないからである。

## 学習方法について助言をする

〈例1〉「辞書で調べた意味と全く違う訳し方を先生がしていたので、途中で分からなくなってしまった。」【難しく感じたところ】

学習者の学習体験が限られている場合には、学習方法について限られた知識しか持たず、そのためひとつの方法に過度に依存することがある。そのような例として、日本語訳へのこだわりを挙げることができる。依然として文法訳読法が主流の日本の英語教育現場にあっては、学習者が日本語訳を重視しても無理はないし、日本語訳を行うこと自体に問題があるわけではない。しかし、上の例に見られるように、日本語訳に固執しすぎてかえって理解が困難になっている場合には、教師は適切な助言を与える必要が出てくる。

コメント：単語の意味は、文を日本語に訳す時、前後関係に応じていろいろな日本語で表現することが可能です。一部の訳語だけにこだわらないで、全体を通じて書き手が伝えたかったことを読み取ることが大切です。

〈例2〉「先生が言っている訳をしっかりとノートに取った。」【学習意欲が○である理由】

この学生は、学習意欲が大いにあったので教師の日本語訳をしっかりとノートに取った、と言いたいのであろうが、授業中の学生の注意がすべて日本語訳の書き取りに向けられてしまっているのは、英語を通しての意味理解や英語インプットの受容という点において支障をきたすことは明らかである。授業に集中している学習態度は認めつつも、教師の訳例をノートに書き写すだけが英語の勉強ではないことを理解させなければならない。

コメント：授業では、先生の説明をよく聞いて、なぜそのような日本語になったのか理解することが大切です。まずは、自分で英文をよく読み、自分なりの意味理解に努めましょう。先生の訳は、疑問点を明らかにするためのヒントとして役立るといいですよ。

## 4. まとめ

本研究では、毎日の学習日誌記入を授業時間外の課題として求めた授業を8週間にわたって実施し、大学生英語学習者に対して学習の自律性を身につけさせる上で、学習日誌の記入による自省や教師との紙上の対話が効果的であるかどうかを明らかにしようとした。また、効果的ならば、学習過程のどのような面に対してどれほど効果的なのかについても解明しようとした。

対話型学習日誌を用いた指導を開始する前と、指導を概ね終了した時点における学生の生活時間の変化を調べてみたところ、大学授業に関する家庭学習の時間が有意に増加していることが示された。また同時に、自主的に行う家庭学習の時間も増加していることがわかり、学習日誌による毎日の振り返りは、より望ましい学習習慣の確立と自律的な学習態

度の涵養につながっていることが示唆された。しかし、アルバイトに費やす時間については、日誌記入群で有意に増加し、学習日誌による生活の振り返りだけではアルバイト時間の削減にはつながらなかった。

一方、学習日誌の記述内容の分析からは、学習者が日誌の記入を通して英語学習に関わるさまざまな点について内省を深めることが示され、白杵（1996）と同様、本研究においても、学習日誌は自己洞察や自己評価に役立つことが確認できた。また教師は、記入された日誌を読むことで学習者に対する理解を深めることができ、コメントの記入という「対話」を通して、一人ひとりの学習状況に応じた援助ができることもわかった。外国語の学習指導、とりわけ、学習ストラテジーの指導においては、学習者の習熟度に応じて適切な「足場がけ」（Scaffolding）を与えることが重要とされているが、対話型の学習日誌はそのための優れた手段であると言ってよいだろう。

今回の研究を通して、学習日誌を用いた教育研究の問題点も明らかになった。ひとつは学習指導に関わる問題点である。本研究では、筆者の担当している2クラスの合計49名に対して毎日、学習日誌の記入を課したが、その結果、一人の教師が一週間に350ページ近い量の日誌に目を通してコメントを記入することになり、その作業は困難をきわめた。記入項目を精選したり、記入形式を簡素化するなどの見直しを図る必要がある。一方、白杵（同上）は、学習者によっては学習日誌の記入を好まないことを問題点のひとつとして挙げているが、本研究の学習者たちは概ね学習日誌の記入を好意的に受け入れ、記述量に変動や個人差があったにせよ、それぞれが自己の内面を掘り下げて洞察している様子が窺われた。白杵（同上）の調査対象者が男女半々だったのに対して、本研究は女性のみを対象とした。学習日誌の記入に対する好みや態度には性差が関与しているのかも知れない。

問題点の2つ目は、記述内容の研究データとしての扱いにくさである。Graham（1997）やCohen（1998）が指摘しているように、学習プロセスの研究のためのツールとしては、学習日誌は研究目的と関連の少ない記述データを大量に生み出すという欠点を抱えている。この欠点に対しては、研究上重要な事項のみに記入内容を限定するような対応が考えられるが、学習者との「対話」という教育的観点を重視するならば、一方的に記入内容を制限することは望ましくないとと言える。また、研究データとしての扱いにくさは、データの集積や保存の難しさにもある。対話型の学習日誌の場合、教師はコメントを書き入れて順次学習者に返却する。その結果、教師の手元には何も残らなくなって、以降の分析を大変に困難なものにするのである。コピーを取ることにしても、その量は膨大なものになるため、教師は学習日誌を返却する前に、研究上必要な記録を取っておくことが望ましい。そのためには、学習日誌に目を通しつつ簡便に記入内容の要点を記録できるようなコーディングシステムを構築する必要がある。

前述のとおり、本研究の対象者は女性のみであった。このことが、学習日誌の受け入れを容易にし、結果的に、自律的な学習者を育成する上で一定の効果をもたらしたと考えられるが、反面、このような研究対象者の偏りは、本研究の結果の妥当性を限定的なものにしている。今後は、学習日誌を用いた教育研究の方法を改善するとともに、多様な学習者に対して学習日誌を用いた指導を実施して、その有効性を検証していかなければならない。

## 注

- 1) 情意ストラテジーは、Oxford (1990) の分類による言語学習ストラテジーの1カテゴリーである。Oxford (1990) は言語学習ストラテジーを“learning strategies are specific actions taken by the learner to make learning easier, faster, more enjoyable, more self-directed, more effective, and more transferable to new situations.” (p. 8) と定義し、様々なストラテジーを、目標言語に直接関わる“direct strategies”と、目標言語に直接関わりなしに言語学習を支える“indirect strategies”とに二分している。情意ストラテジーは“indirect strategies”の下位範疇に属し、感情・動機づけ・態度を調整する際に用いるものとされている。
- 2) 学習日誌の一形態に、“dialogue journal” (対話型学習日誌) と呼ばれるものがある (Cohen, 1998, p. 40)。これは、学習者が記入した日誌を教師が読み、コメントを付して返却するものである。日誌の記入とそれに対するコメントを繰り返すことによって、教師と学習者との間に文字を介した一種の対話が成立する。“Dialogue Journal”を「交換」することにより、一人の教師対大勢の学習者という授業形態であっても、教師は個々の学習者に対して、学習状況に応じた適切な助言を与えることが可能となる。臼杵 (1996) で用いられた学習日誌もこの種類である。

## 引用文献

- Chamot, A. U., Barnhardt, S., El-Dinary, P. B., & Robbins, J. (1999). *The learning strategies handbook*. New York: Longman.
- Cohen, A. D. (1998). *Strategies in learning and using a second language*. Harlow, UK: Addison Wesley Longman.
- 大学英語教育学会学習ストラテジー研究会 (編) (2005) 『言語学習と学習ストラテジー——自律学習に向けた応用言語学からのアプローチ』東京：リーベル出版。
- Graham, S. (1997). *Effective language learning: Positive strategies for advanced level language learning*. Clevedon, UK: Multilingual Matters.
- Macaro, E. (2001). *Learning strategies in foreign and second language classrooms*. London: Continuum.
- McDonough, S. H. (1995). *Strategy and skill in learning a foreign language*. London: Edward Arnold.
- Oxford, R. L. (1990). *Language learning strategies: What every teacher should know*. Boston, MA: Heinle & Heinle.
- Richards, J. C., Platt, J., & Platt, H. (1992). *Longman dictionary of language teaching and applied linguistics* (2nd ed.). Harlow, UK: Pearson Education.
- 臼杵美由紀 (1996) 「学習者自律への方向づけ——学習日誌に基づいた学習者トレーニングの有効性」『北陸大学紀要』19, 291-299.
- Wenden, A. & Rubin, J. (Eds.). (1987). *Learner strategies in language learning*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- 大和隆介・山下敦子・伊藤崇・木村隆 (2005, 6月) 「やる気と自律的学習はどこから生まれてくるのか——授業と家庭学習の有機的結びつきを求めて——」第35回中部地区英語教育学会山梨大会問題別討論会, 山梨大学 (山梨県)。
- 山内進 (編) (2003) 『言語教育学入門——応用言語学を言語教育に生かす——』東京：大修館。

資料1 家庭学習時間等の調査用紙

I アルバイトについて

- (1) あなたは現在アルバイトをしていますか? 「はい」( ) 「いいえ」( )  
◆上で「はい」と答えた人は質問(2)~(3)に答えてください
- (2) 1週間に何回していますか(複数のアルバイトをしている人は、すべてを合計した回数を書いてください)  
合計( )回
- (3) 1週間に何時間くらい働いていますか(複数のアルバイトをしている人は、すべてを合計した時間を書いてください)  
合計( )時間くらい

II 習い事について

- (1) あなたは現在、大学以外で語学や各種資格などの講座を受講していますか?  
「はい」( ) 「いいえ」( )  
◆上で「はい」と答えた人は質問(2)~(3)に答えてください
- (2) どのような講座を受講していますか? 当てはまるものに○をつけてください。  
・語学( )  
・語学以外( )  
・語学と語学以外の両方( )
- (3) 1週間に何時間くらい受講していますか(複数の講座を受講している人は、すべてを合計した時間を書いてください)  
合計( )時間くらい

III クラブ・サークル活動について

- (1) あなたは現在、大学でクラブやサークル活動をしていますか?  
「はい」( ) 「いいえ」( )  
◆上で「はい」と答えた人は質問(2)に答えてください
- (2) 1週間に何時間くらい活動していますか(複数の団体に所属している人は、すべてを合計した時間を書いてください)  
合計( )時間くらい

IV 家庭での英語学習について

- (1) 大学の英語授業に関して、あなたはふだん(テスト前やレポート提出前を除く)家庭でどのくらい勉強していますか?  
1週間あたり( )時間くらい
- (2) そのうち、自主的に行っている学習(教師から指示された課題や宿題を除く)は、何時間くらいですか?  
1週間あたり( )時間くらい
- (3) 大学以外(文化センター等)の英語授業に関して、あなたはふだん家庭でどのくらい勉強していますか?  
1週間あたり( )時間くらい
- (4) そのうち、自主的に行っている学習(教師から指示された課題や宿題を除く)は、何時間くらいですか?  
1週間あたり( )時間くらい
- (5) あなたは下のような方法で英語を学習する機会を持っていますか? 当てはまるものすべてに○をつけてください。  
・テレビ/ラジオの英語講座の視聴( )  
・英語日記の記入( )  
・英字新聞・英文雑誌の購読( )  
・通信教育( )  
・その他(内容: )
- (6) 上記(5)の方法による学習の合計学習時間を答えてください。  
1週間あたり( )時間くらい

資料2 学習日誌記入用紙（記入例を含む）

<毎日の英語学習を記録しよう！> \*ためないで毎日記録しよう

( ○ ) 月 ( × ) 日 木曜日	
授業内（大学・英会話教室等）の学習について	授業外の学習について
<p>科目名（授業時間：分） 英語コミュニケーション1（90分）</p>	<p>学習内容 ラジオの「英会話中級」を聴いた。</p>
<p>予習レベル（○、○、△、×、××） 理由 英会話だし、やることはその場で決まるので特に何もする必要がなかった。→季節の話題とか、予想できそうなトピックがあればそれは準備できるよね。Predict を使おう！</p>	<p>学習時間 30分（15分の放送がおわってからでも、一人でスキットを練習した） →エライ！語学は1にも2にも練習だね！</p>
<p>学習意欲（○、○、△、×、××） 理由 ネイティブの先生はユーモアがあって楽しいから、いつものように○○先生のきれいな発音を聞けるのを楽しみにしていました。</p>	<p>学習意欲（○、○、△、×、××） 理由 アメリカの生活のことがよくわかって面白い。また、説明がわかりやすい。</p>
<p>易しく感じたところ 好きな音楽について話し合ったこと。ある程度専門的な単語も知っているのだからやりやすかった。 →背景知識を活性化してたんだね。大変いいと思います。</p>	<p>易しく感じたところ 英文を見ながらスキットを音読すること。読むだけだから、楽勝だった。 →感情を込めて音読することも大事だよ。</p>
<p>難しく感じたところ 日本の伝統文化について話すこと。単語が難しすぎる！今日は話題がお茶とかお花のことになったので、ほとんど言葉では表現できなかった（泣）。</p>	<p>難しく感じたところ テキストを見ないで音読をリピートすること。先生の声はすぐに頭の中で消えてしまう。</p>
<p>工夫したこと（ストラテジー） 内容をちょっと単純化して、知ってる単語だけで言えないかなあ、と考えた。どうしても言えないところは、ジェスチャーを使ったり、黒板に絵を書いたりして伝えようとした。→伝えるためにはいろんな手段があるからね。</p>	<p>工夫したこと（ストラテジー） 目を閉じて、その場の状況をイメージしようとした。←Use Imagery だね。いいストラテジーだと思います。</p>
<p>達成したこと・身についたこと 十分じゃなくて、少し悔しいけど、何とかあらましかは説明できたと思う。→しょせん外国語なんだから、このように割り切った考えも大切だね。</p>	<p>達成したこと・身についたこと あまり長くなければリピートできた。長いのはやはりダメ。←練習を続けるうちに、だんだんと多く記憶することができるようになりますよ。</p>
<p>反省事項 目立つのがイヤで、やはり今日も自分から質問することができなかった。 →僕もどうなんだけど、1日に1回は質問するよう自分に義務づけています。僕なりのSelf-Management です。</p>	<p>反省事項 途中で携帯が鳴って、3分ほど中断してしまいました。今度から携帯の電源は切っておこうと思う。</p>
<p>質問・感想など 今週はサークルの飲み会が続いたので、授業中に居眠りをしてしまうことがありました。どうしても我慢できませんでした。ちょっと自己嫌悪です。 →目標達成を第一に考えるのなら、体調管理にも気をつけなければなりませんね。これもSelf-Managementのひとつですよ。</p>	

資料3 個人目標等記入用紙（記入例を含む）

## 英語学習ジャーナル（記入例）

学籍番号（            ）氏名（            ）

提出日：2005年      月      日

### < Self Goals 目標を持つ！ >

長期目標（生涯をかけて実現をめざすもの→今学期中に立てよう）：

貿易商社に勤務して海外取引業務を行う 7月28日

中期目標（大学卒業までに実現をめざすもの→6月中に立てよう）：

TOEICで650点を取る 7月7日

短期目標（今年中に実現をめざすもの→5月中に立てよう）：

TOEFLで500点を取る・交換留学生選抜試験に合格する 6月2日

### < 計画を立てよう！ >

目標を実現するための今学期の計画

- ★授業の予習復習は確実にやる
- ★アルバイトを週2日に減らす
- ★英会話の授業では、かならず一度は英語で質問をする
- ★週に一度は図書館で英字新聞に目を通す
- ★ラジオの「英会話中報」を休まないで聴く

