

# 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

臼 杵 美由紀 \*

Towards Fostering Learner Autonomy:  
The Effectiveness of Diary Writing as a Method of  
Consciousness-Raising in Students

Miyuki Usuki \*

*Received November 30, 1995*

## 1 はじめに

近年、言語学習においては、学習者の視点に立った学習過程が重要視され、それと共に、学習者の自律性についても注目され始めている。

本稿は、学習者の自律性向上へ向けてのトレーニングのあり方について考察を行い、言語学習日誌が、学習者の自律への意識化を図る学習者トレーニングとして有効かどうかを検討する。

## 2 文献からの考察

### (1) 効果的な言語学習へ向けてのトレーニング

Brookfield (1992) の定義によれば、自律学習とは、学習者が自分自身の学習を決定する(つまり、計画し、実行し、評価する)ことを意味する。また、Dickinson (1995) は、学習者が自分の学習に責任を持つという自律性を備えるということは、言語学習を効果的にする上で重要であることを主張する。こうしたことから、学習者の自律性向上に重点を置いた学習者トレーニング (Learner Training) が様々な方法で試みられている。

一方、これとは別に、<sup>①</sup>学習ストラテジーを適切に、また積極的に使用することが言語学習をより効果的にするということも、多くの研究者によって認められていることである。しかしながら、学生の多くはその効果について知らないし(例: Nyikos, 1990)、学習ストラテジーを適切に使っていない(Willing, 1987)。そこで、学習者に学習ストラテジーを意識させ、効果的なストラテジーを直接教授することにより、学習を促進させることができるであろうとい

---

\* 国際交流センター  
International Exchange Center

う考え方に基づいて、ストラテジー・トレーニング (Strategy Training) が見いだされた。視点の置き方は多少異なるものの、「学習者トレーニング」も「ストラテジー・トレーニング」も共に効果的学習へ学習者を導くことを目的としている点では違いがない。

## (2) トレーニングのあり方への疑問

従来のトレーニングの考え方に対し、批判的考察も見られ始めている。1995年5月14日、静岡で開かれたシンポジウム「学習者の自律のためのストラテジー」では、優れた学習者のストラテジーを使用することがすべての学習者を救うことになるのか (浜田, 1995) という疑問や、学習者の自律を打ち出していながら、学習者トレーニングそのものが、実は、学習者を一つの型に押し込めようとするものではないか (Benson, 1995) という批判が投げかけられた。

一方, Willing (1987, 1988) は、各々の学習者には学習スタイルがあり、一旦言語学習における特定の感覚や習慣、好みを習得してしまった学習者がトレーニングの効果を上げるためには、その前提として、まず、学習者自身が努力しようとする意志を持つことが必要であると述べる。

Shuell (1988) も同様に、学習者個々の違いや様々な感情要素との関連を踏まえた上で、トレーニングがなされるべきであり、トレーニングを効果的にするには、学習者自身の練習と努力が必要であると主張する。更に、Cohen, A.D. (1990) や Nyikos (1990) は、学習者にストラテジーを使わせようとするそのものよりも、ストラテジーを使おうとする意識を高めることの方が重要だと考える。

以上の見解から考えると、最も重要なことは、学習者自身の自己の学習に対する意識であり、トレーニングはその意識づけの意味を持って行われるべきであると思われる。

## (3) 学習者トレーニング及び学習ストラテジーとしての学習日誌、そしてその有効性

学習過程に視点を置き、学習者の内面を探ることを目的とするという意味で、最近注目され始めているのが、学習者自身の学習日誌による研究である。

学習日誌の長所について、Matsumoto (1987) は次の点を挙げている。言語学習における経験をすべての面から捉えることが出来、それは、新しい発見にもつながり得る。また、自然なデータが得られ、目に見えない学習者の隠された内面を知る事が出来る。更に、単に研究者側の調査目的だけでなく、学習日誌そのものが、学習者の自己意識、自己評価、自己開発につながる要素を持っている。Oxford も学習日誌をつけることが「それ自体非常に有効な学習ストラテジーであり、このストラテジーを使用することによって学習者は、自分の使うストラテジーの全貌を知ることになる」(オックスフォード, 1990, 宍戸・伴 訳, P177) として学習日誌の有効性を認めている。

## 3 調査方法

### (1) 目的

学習日誌に基づいた学習者自律への方向づけが、学習者トレーニングとして有効かどうか

を検討する。

(2) 対象

語学を専門とし、英語を選択科目として履修している大学一年生 27 名。(男 13 名・女 14 名)

(3) 調査期間

1995 年 4 月～7 月の約 3 か月間。

(4) 調査の手順

(a) 学習者の自律への方向づけ

- ① コミュニケーション能力を身につけることが英語学習の目標であるということを前提に授業を行い、学習者の英語学習に対する概念の見直しを図る。
- ② 毎授業後の学習日誌の記録を定着させ、学習者が自らの学習を洞察し自律性を意識していく手掛かりとする。
- ③ 学習日誌の内容のいくつかを授業中に取り上げ、それをもとに有効なストラテジーを使ったメタ学習を勧める。
- ④ 授業に、「自律学習」に関する内容をもり込み、自律の必要性を強調する。
- ⑤ ①～④の方向づけによる学習者の意識の変化の過程を学習日誌から読み取る。

※学習日誌は、自分の気持ちを自由に表現できるように、また、あくまでも自律学習へ方向づけることに焦点をあてるため、母国語である日本語を用いた。

(b) 学習日誌の有効性

学習日誌を学習者トレーニングとして使用することが有効かどうかを、アンケート調査をもとに検討する。(11月に実施)

## 4 結果と考察

(a) 学習日誌からの考察

① 学習日誌の実施

学生一人一人に、「Journal」というノートを用意させ、毎授業の終わりに、その日の授業の感想、自分の言語学習に対する気持ち、学習方法や計画、問題点、外国語や外国に対する興味・関心、質問事項など、何でも自由に書いてもらうことにした。英語学習を中心に置いたが、専門の語学は英語ではないため、専門の言語学習も含めて考えて良いことにした。そして、それぞれの学生のノートに、教師側からも、感想や助言などコメントを与えて、次の週に渡すということを実行した。教師からのコメントは、学習者の学習への動機づけを図り、学習者自身の学習を自分で考える方向づけを念頭に置いて行った。

## ② 一回目の授業

一回目の授業の後、過去に試みてきた学習方法を聞くと共に、授業の感想を書かせた。ほとんどの学生は、文法練習や単語の暗記、英文の読解や翻訳を中心にした学習を行ってきていた。授業後の感想では、実際のコミュニケーションに役立てるための英語にポイントを置いた授業内容・方法・教材に対して、全体として、肯定的な反応が返ってきた。

学習日誌の一部から：

4月18日

「楽しく時間が過ぎた。今までとは全く違う形だと思った。」(Y. C.)

「会話は今まで学校の授業でする機会がなかった。僕らは、英語を習得という形で勉強してこなかった。」(Y. C.)

「自分で英語で話してみるのは初めてだったので、とても新鮮で楽しく学ぶことができた。」(M. N.)

「高校の時の授業と違い、自分達が話す機会が多かったと思う。」(Y. H.)

「6年間英語をしてきて、会話も出来ないのが悲しかった。今までは、先生に言われたやり方をその通りやり、受け身だったので、受験に解放された今は、本当に自分のために使える英語をやりたい。」(M. Y.)

「今日の授業を受けて、私の英語の授業に対する考えは180度変わった。今まで受けてきた授業のどれよりも実用的であり、有効な気がする。今まではすべて受け身だったが、今日は違った。」(Y. M.)

## ③ 学習日誌の定着

次第に、教師の方から強制しなくても、授業の終わりには学生自身が進んで学習日誌を提出するようになった。教師側からの一方的な授業の押し付けではなく、学生自身が自分の感情や意見を伝えて、自分達の授業を作っていくという気持ちの現れが察せられる。学生一人一人が、自分の存在感を訴え、自分自身を表す場を求めている事を感じさせる。

初めのころは、コミュニケーションに視点を置いた英語の学習に漠然とした興味を示す程度であったが、次第に、クラスの大半が、英語をコミュニケーションの手段として使えるようになることを学習目標として意識するようになってきた。中でも、27名中15名は、はっきりした目標を持っていることや、独自の学習ストラテジーを持って学習に取り組んでいたりを日誌に記述している。以下はその中の一部である。

## 〔目 標〕

「努力して、英語の2級を取りたい。」(N. Y., 5月23日)

「ニュースも映画も字幕なしで理解できるようになりたい。」(S. M., 5月23日)

## 〔独自の学習ストラテジー〕

「英語の本で、単語を少しずつ覚えていこうと思う。」(K. H., 5月16日)

「日常の生活で、いつも友達と外国語を使って話すようにしている。」(M. H., 7月11日)

「CNNのニュースでヒアリングの勉強をしている。」(Y. M., 7月11日)

「家へ戻ってからテープを聴き、少しでも英語に慣れるようがんばりたい。」(Y. H., 5月2日)

「アメリカのある小説家のファン・クラブに入ろうと思う。自分の好きなことで英語に触れられる良い機会だと思う。」(M. Y., 7月11日)

これとは別に、中には何をしたらよいかわからないという戸惑いをみせる学生もいる。しかし、少なくとも、自分で何かを始めなければならないという自覚を持っていることは、大半の日誌から読み取れる。

#### ④ メタ学習の勧め

4月から7月までの期間中、何人かの学生の学習日誌をもとに、クラス全体に、言語学習を支える間接ストラテジー（オックスフォード、1990）を強調したメタ学習を勧めた。目標を持ち、計画を立て、実行に移し、評価するというメタ認知ストラテジーの有効性のほか、コミュニケーションに重要な働きをする補償ストラテジー、そして、自分の感情をコントロールする上で必要な情意ストラテジーを教師は念頭に置きながら、学習者には分かりやすい言葉を用いて説明した。

このメタ学習の勧めが、即日効果をもたらして学習者の学習過程を変えるとは考えにくい、学習日誌には肯定的な反応も返ってきた。

6月27日

「今までは、外国人に話し掛けるのも恥をかきたくないと考えていたが、今は間違えてもいいから話そうという気持ちになった。」(K. H.)

「実際は、やる気を続けることは難しいものだが、今日の授業で少しはがんばれそうに思った。」(N. M.)

#### ⑤ 自律性の強調

学期の最後の授業では、自己の学習に対する自律性を強調した講義を取り入れた。

言語を習得するためには、学習者自身が自分の学習に責任を持つ事が重要であり、授業は自己の学習にヒントを与え得るものだと話を話した。

過去の学習経験においては「教師が授業をし、学生が聞く、教師が何をすべきかを指示し、学生はそれに応じる」といった受け身的な学習に慣れてきた学生達にとって、この自律学習の話には反応が大きかった。

授業の中で直接的に取り入れられた自律学習への意識づけには、本来の授業時間におけるわずかな時間が裂かれたに過ぎなかったものの、学習者にとっては、学習そのものを別の角度から見直すヒントとして、新鮮に受け止められたことが、多くの学習日誌からうかがえた。実際に学習者によって実行に移されるかどうかは別としても、学習者の学習に対する意識には少なからず影響を与えたと言える。

学習日誌の一部から：

7月11日

「やっぱり、後悔しないようにやろうと先生の話聞いて思った。自分は自分の勉強方法でやっていこうと思った。」(K. M.)

「ある物事を考える時にいろいろな角度から見ることができるようになった気がします。」(Y. M.)

(b) 学習日誌の有効性

学習者自身が自己の学習を振り返って書く学習日誌は、自己洞察 (self-monitoring) や自己評価 (self-evaluation) に役立っていると言える。Bailey (1981) も言語日記を書いている過程で、学習者が変化していく可能性があることを指摘している。更に、Bailey は、学習者が他者との比較によって持つ不安感や、公共の場でまちがいを犯すことへの恐れをいだいていることを学習者の日誌から知ることができたと報告している。

本稿の対象となったこのクラスにおいても、(紙面の関係で紹介できないが) 英語を使った会話練習に対する期待、楽しさ、しかし、それと同時に持つ自分の能力に対する不安、英語を使うことへの緊張感、ためらい、恥ずかしさ、歯がゆさなど、様々な感情の複雑な絡み合いが多くの日誌から読み取れた。また、授業の感想や要望のみにとどまらず、その授業で扱った聴解問題や会話練習に対する自己の出来ばえを評価したり、日常生活を振り返って学習への心構えを新たにするなどの記述も多く見られた。

次の表は、実際に学習日誌記述に関して、学習者がどう感じているか、また、学習者の自律性の向上が見られたかどうかを自由記述形式でアンケート調査したものである。

〔表1〕学習者の学習日誌記述についての感想・学習日誌の有効性についての意見 (11月調査)

(a) 日誌を記述することについてどう思うか <span style="float: right;">27名中</span>		
肯定的 22名 (81.5%)  良いと思う 先生とのコミュニケーションができる 自分を見つめ直すことができる 自分の向上になる 定期的に文章を書く習慣ができる いろいろ書いておもしろい	否定的 1名 (3.7%)  めんどくさい	特になし 4名 (14.8%)
(b) 日誌は外国語学習を考える上で役に立つか		
はい 15名 (55.6%)  はいと答えた理由 やる気が出る 目標がはっきりする 自分の励みになる 自分を客観的に見ることができる 勉強方法や勉強に対する心構えができる 外国語に対して意識が離れなくて済む 新しい考え方が発見できる 学習方法など助言が役立つ 外国語についての知識が増える	いいえ 8名 (29.6%)	わからない 4名 (14.8%)

〔表2〕 自律性への意識：他の英語クラスとの比較（11月調査）

Xクラス           ：本稿の対象となった英語クラス  
Y, Z, Wクラス   ：比較対照のための必修英語クラス  
(単位：%)

		Xクラス (27名)	Yクラス (37名)	Zクラス (37名)	Wクラス (44名)	Y, Z, Wクラス (118名) 平均値
(1)	授業外に心がけてい る自主学習があるか	ある 70.4	59.5	40.5	38.6	46.2
		ない 29.6	40.5	59.5	61.4	53.8
(2)	外国語の上達のため に、自分でどうしたら よいか、何をしたらよ いか考えているか	5 14.8	13.5	5.4	11.4	10.1
		4 70.4	45.9	35.1	22.7	34.6
		3 3.7	2.7	16.2	13.6	10.8
		2 7.4	27.0	35.1	50.0	37.4
		1 0.0	10.8	8.1	2.3	7.1

※5 いつも考えている   4 たまに考える   3 わからない   2 あまり考えない   1 全然考えない

表1に見られるように、日誌記述を肯定的にとらえている者がクラスの80%以上に達し、日誌を自律性向上に導く方法として自覚している者も半数を超えた。

表2の結果では、何らかの形で、授業外に自主学習を心がけている者が70%以上で、自律への働きかけが行われなかった他の3クラスと比べ、大きな差が出た。

表1・2の結果から、学習者によって意識の差はあるものの、学習日誌による自律への働きかけは有効であったと考えられる。しかし、自分の外国語学習を考えていく手段としての日誌の有効性を否定する者も8名いた点は、日誌の学習者トレーニングとしての有効性に問題を残すところである。

## 5 今後の課題

学習日誌を学習者トレーニングの一貫として使用することに問題がない訳ではない。まず、やはり大きな問題は、時間がかかるということである。一人一人の学習日誌に教師がコメントをして対応していく場合、人数の多いクラスでは、その対応が難しくなる。第二に、対象となった英語クラスでは、学習者と教師共通の母国語である日本語でのやり取りが可能であったが、学習者が自分の母国語を使用できない場合（例えば、学習の対象となっている言語以外に共通の媒介語が無い場合）、特に、学習者の対象言語（target language）のレベルが低い場合には、学習者と教師との直接的な学習日誌による伝達は難しい。第三に、確かに学習日誌の記述は、学習者の自己洞察の役割を担い、自律学習への意識づけ・意欲づけにつながるとしても、実際に学習者によって自律学習が即、実行出来るようになるかどうかは疑問である。第四に、学習意欲に欠け、学習自体に意義を見いだせない学習者にとって、学習日誌がどの程度意味を持つかという疑問である。今回、対象となった英語クラスにおいて、実際に教師の働きかけが、繰り返しなされたにもかかわらず、数人の学習者はその場の表面的な事柄を義務的に書くにとどまり、学習日誌の記録が、自己の内面を掘り下げて洞察する機会とはならなかった。第五に、学習日誌の記録も学習ストラテジーの一つであり、このストラテジー自体が学習者の学習スタイルにそぐわない場合（つまり、学習者が学習日誌を書くというストラテジーを好まない場合）には、日誌による自律学習の意識づけ以前に、この学習ストラテジーそのものを学習者側が受

け入れるようになるかどうか難しいところである。最後に、研究者が学習者の日誌をどう結果づけて、処理し、判断するかは問題が残るところである。

## 6 おわりに

教室の授業の時間は、学習者が学習の場を得る機会の一部であるに過ぎない。そして、授業は、学習者に学習のヒントを与え得る場であるに過ぎない。学習は、教師側の視点に立った学習結果よりも、学習者側の視点に立った学習過程をより重視する必要があるのではないか。教師が、どう教えるか（どう教材を提示し、どう時間を使い、どう授業をコントロールするか）よりも、学習者が自分の学習をどう捉え、学習過程において、授業外の学習につながる自律性をどう身につけていくかがより大切なのではないだろうか。

本稿では、学習日誌が、学習者に自己洞察や自己評価をうながす機会となり得ることから、学習者の自律を意識化させるための学習者トレーニングとして有効であるという結論を得た。

学習日誌は、学習者が自己反省・評価を行う事によって、自分自身をみつめ、改善を図る手掛かりになるばかりでなく、日誌を使って教師が学生を受け入れる姿勢を示し、個々に自律学習への意識づけを続けることは、学習者の学習態度や意欲向上にもつながっていくかもしれない。

②学習日誌の有効性を考えた場合、それは学習者にとって有効であるばかりではない。日誌によって、言語学習者の内面を知ることは、実際に学習者を教える立場にある教師側に大きな影響を与え、より効果的な言語教育の実践にもつながると言えるのではないか。

授業だけでは、なかなか学生一人一人を把握するのは難しい。しかし、学習日誌によって、学生と一対一のコミュニケーションの場を持つ事が可能となる。しかも、授業だけでは話せない部分についても話題を広げる事ができる。そして、学生と教師との関係にもプラスの役割を果たすだけでなく、更には、間接的にクラスの雰囲気作りにも役立っていくのではないだろうか。

また、学生側から即、フィード・バックがあるということは、教師の授業改善にもつながる。授業後、直ちに学生からの授業に対する評価を受けるということが、学習活動の工夫や学習者の要望の反映など、学習者側に視点を置いた授業の実施を教師に意識づけることにもつながると思われる。そういった意味で、学習日誌は、教師側にとって学習者中心の授業を考える上での一つの方策であると言える。

## 謝辞

論文投稿にあたって、大阪大学・留学生センターの浜田麻里先生、静岡大学教育学部の青木直子先生から貴重な御意見をいただき、参考にさせていただきましたこと感謝いたします。

## 註

- (1) 言語学習ストラテジーの定義づけは、研究者によって様々で、文献により異なるとらえ方がなされている。しかし、それらの文献を照らし合わせてみると、学習ストラテジーの基本的な性格について指摘することは可能であると思われる。その基本的な性格とは以下の通りである。まず第一に、学習ストラテジーは、情報の習得 (acquisition)、記憶 (storage)、検索 (retrieval) を促進するために学習者によって使われるものである。第二に、問題解決のために、意識的または直接的な意図によって使われるものである。(ただし、その意識の度合いは学習者によって様々であり、意識せずに自動的に使用されることも可能である。) 第三に、学習ストラテジーによっては、外部からの観察が可能なものとそうでないものがある。第四に、学習ストラテジーは、学習者が学習できるものであり、また学習過程において変化するものである。
- (2) 本稿の主旨である学習者の学習という点から外れるが、教師の自己研修として重要なポイントであるので記述した。

## 参考文献

- Bailey, K.M. (1981). "Competitiveness and Anxiety in Adult Second Language Learning : Looking at and through The Diary Studies." In Seliger, H.W. & Long, M.H. (Eds) (1989). Classroom Oriented Research in Second Language Acquisition. Newbury House.
- Brookfield, S. (1992). "Why Can't I Get This Right? : Myths and Realities in Facilitating Adult Learning." Adult Learning. Vol.3, No.6, pp12-15.
- Benson, P. (1995). "A Critical View of Learner Training." Learning Learning. Vol.2, No.2, July.
- Cohen, A.D. (1990). Language Learning Insights for Learners, Teachers, and Researchers. Heinle & Heinle Publishers.
- Dickinson, L. (1995). "Autonomy and Motivation : A Literature Review." System. Vol.23, No.2, pp165-174.
- 浜田麻里 1995. 「学習者ストラテジーと学習者トレーニング」1995年5月14日 JALT シンポジウム ハンドアウト
- Matsumoto, K. (1987). "Diary Studies of Second Language Acquisition : A Critical Overview." JALT Journal. Vol.9, No.1, pp17-34.
- Nyikos, M. (1990). "Sex-Related Differences in Adult Language Learning : Socialization and Memory Factors." The Modern Language Journal. Vol.74, pp273-287.
- オックスフォード (1990). 「言語学習ストラテジー—外国語教師が知っておかねばならないこと」宍戸・伴 訳, 1994, 凡人社
- Shuell, T.J. (1988). "The Role of the Student in Learning from Instruction." Contemporary Educational Psychology. Vol.13, pp276-295.
- Willing, K. (1987). "Learning Strategies as Information Management." Prospect. Vol.2, No.3, pp273-291.
- Willing, K. (1988). "Learning Strategies as Information Management." Prospect. Vol.3, No.2, pp139-155.