

2019. 4. 21

アルケミストの小部屋

大人のための勉強法とはいかなる勉強法か



目次

序章 同じ方法で勉強していても「差」がつく理由

第1章 勉強生活をプロデュースする

第2章 勉強の「やる気」を維持する

第3章 勉強のマイナスを減らすテクニック

第4章 大人の勉強のための「選ぶ技術」

終章 知識社会で生き延びていくために

書籍の内容 (Amazon)

一生懸命受験勉強し、一流大学を出て、大企業で定年を迎える――。

こういうライフサイクル・モデルはもはや通用しない。生涯学習が求められる時代である。外資系企業はもちろんのこと、日本の企業でも即戦力を求めるところが多くなり、資格の有無で待遇を決める企業も出てきた。

こうした社会的背景に加えて、老化を防ぎ、精神・肉体両面の健康を保つ上でも、勉強は重要だと和田秀樹は言う。「いまさら勉強なんかしても」と考えている人にとって、本書は社会人になってから学ぶことの重要性を理解させ、学習意欲を高める効果があるだろう。

本書のキーとなる文章を抜粋する。

勉強するのに必要なのは動機

問題解決にかかわるメタ認知

自分の能力の限界を予測

自分にとって何が問題かを明確にできる

問題の適切な解決方法を予測する

点検とモニタリング

活動結果と目標を照らし合わせて、実行中の方略を続行するか、中止するかを決める。

## 認知心理学の考え方

考える材料として十分な知識があること

その知識をもとにいろいろなケースを想定して、いくつものパターンの推論ができて、その中からいちばん適切な推論を選ぶことができること

さらに、その上に、たとえば自分の知識が十分であるとか、感情に流されていないかなどと適切なモニターをするメタ認知ができることが、「頭がいい」条件となる

## クリティカル・シンキングの3つの要素

問題に対して注意深く観察し、じっくり考えようとする態度

論理的な探求法や推論に関する知識

それらの方法を適用する技術

この本は「大人のための勉強法」であるが、今までに勉強の仕方を勉強した人間はそんなに多くないだろう。出来るようになるためには、さてどうすれば効果的か、と考える。

勉強の目的は問題を解決すること、これが重要である。そのためには上で示された、動機は当然必要、メタ認知は「己を知り敵を知らば百選危うからず」、認知心理学は頭の良さであり、クリティカル・シンキングはその頭の使い方を述べている、と私は解釈した。

現実の問題解決では、一つの分野だけでなく、他の分野の知識も必要になることが少なくない。知識ある頭のいい多くの友人は問題解決のとき、大いに手助けになる。

私は、ある問題を解決する必要に迫られたときには、

まず解決に必要と考えられる関連情報を収集する。

それらの情報をつなぎ合わせて、問題が解決できるかを自身の中で確認する。

問題が解決できそうなき、できなさそうなき、どちらの場合でも仲間に思いついた方法を話してみる。この過程は非常に重要で、話してみると、できると思っていたことにも解決すべき落とし穴が発見されることや、また、さらに役立ちそうな情報を収集することができる。 「大人のための勉強法」で勉強したことが、自分のものとなっているかを確認するうえでこの過程は非常に重要である。

考え抜き、ある結論に至ったときにはそれを実際に試してみる。9割がたうまくいったときには残りの1割を補足する方法を考える。

なお、余談であるが、北欧の小学校では生徒が生徒に教える授業形態をとっている。他の生徒に教えることにより、指摘を受けて自身の誤りに気付いたり、知識が強化される効果がある。ミラーとしての友人の存在は大切である。