

今回は、『世界に一つだけの勉強法』（坪田信貴）を取り上げる。同書のオビに、次の文章がある。

大ベストセラー『学年ビリのギャルが1年で偏差値を40上げて慶應大学に現役合格した話』の著者が、「自分にぴったり合う“世界に一つだけの勉強法”」の見つけ方を伝授。



誰だって、成績を上げて希望進路の実現を図りたい。同書はその方法について述べているが、「頭のいい人」について触れている箇所がある。

僕の考える頭のいい人には、このように「日々の生活の中で、何が課題であるか、どのようにすればより良くなるのか」を自分の頭で考えて、**試行錯誤**し、課題を正しく**解決**することができる力が備わっています。正しい方法で勉強を進めていけば、学力が上がるだけではなく、**社会を生き抜くために必要な頭の良さ**も手に入るといことです。

では、具体的に**成績を上げる**ための方法について、

定期試験の範囲を丸暗記するだけで、理解ができていなければ、実力テストや模擬試験で好成績を挙げることはできません。

この「**理解**」とは、どういう状態になることでしょうか。簡単に言うと「**人に説明できる**ようになる」ことです。自分の目の前に生徒がいるつもりになって、先生になりきって説明するのです。すると説明がうまくいかないポイントが見えてきます。「**そうなるのはなぜ？**」「基本はそうだけど、この場合はどうなるの？」と思うポイント、それが「**理解できていないところ**」とわかるのです。このように、勉強するときは「**アウトプット**」を**意識**すると、理解につながりやすくなります。

ノートの取り方について、

ノートの取り方に一工夫してみましょう。ノートをとる作業が「**黒板を見ながら写す**」のみになっているとしたら、それは単なるコピーであり、**インプット**に過ぎません。ここで、**自分なりの言葉**や自分なりの**図**で書く**アウトプットの側面**を取り入れると、効果が格段に変わります。「授業のスピードに追いつけない」のであれば、復習する際に試して下さい。理解が深まります。

著者は、**心理学を取り入れた個別指導**で生徒を成長させた実績から、「自分の**性格**を把握すれば、**勉強の効率**は格段に上がる！」との確信を持つ。「人間の性格は9タイプに分かれていて、それぞれ、合った勉強法も違う」というのである。

関心のある人は、<http://apps.amwbooks.asciimw.jp/9t/pro/>か、同書を参照して下さい。

「スキマ時間の活用」については、

「**少しでも時間ができれば勉強する**」。つまりは、「スキマ時間活用」です。長時間確保できるときはもちろん、そこに加えて、10分、20分の時間も勉強に充てるのです。高い目標を達成する人は、必ずこれをしています。

いつでもどこでも勉強できる体制を整えておくことはとても大事です。テキストの覚えたい範囲をスマホで写真にとったり、コピーして小さくたたんでポケットに入れたりして、バスの待ち時間などで見るのです。

今回は、勉強法について取り上げたが、これはあくまでも**一例**である。自分に合った勉強法を高校時代に**試行錯誤**して**見つける**ことは卒業しても生きてくる。ぜひ、チャレンジしてほしい。

沖縄県立宜野湾高等学校長 津留一郎