

# 本当の「勉強法」を知りたくないか？ ～light version～

とらますく(佐藤知宏) 著

※この文書を、著者の許可なく不正使用することを固く禁じます

## 『目次』

### 前書き：プロローグ

### 第一章：正しい勉強法の概要

#### 使えない勉強法

枝葉末節論に終始する

単なる自己啓発である

#### 正しい勉強法

当たり前の勉強法

さらなる勉強の本質

#### 本書の展望

### 第二章：勉強法理論

#### 勉強法の理論

勉強法を表す理論式

勉強法の展望

### 第三章：時間

#### 時間の分析

#### 所要時間

本来のあり方

マイペースが可能

#### 持ち時間

現実的なあり方

マイペースの愚

#### 時間コントロールのコツ

明確に決定する

熟成期間 1/5 ルール

### 第四章：勉強量

#### 勉強量の分析

#### 勉強量の決定

教材単位で決める

隅から隅まで

量決定のお作法 1

量決定のお作法 2

#### 勉強量に伴うべき質

#### 実行に移すにあたって

セットを用意する

理論式にあてはめる

#### 勉強量と試験の関係

試験問題に対する心構え

試験に必ず合格する方法

### 第五章：意志

#### 意志の分析

#### 意志の根源

意志を持つということ

勉強は楽しいものか

現実的な話

#### 勉強することの意義

よりよく稼ぎ、生きるため

教養や学問を身につけるため

後悔先に立たず

#### 強制されるのも一つの手

### 第六章：スペック

#### スペックの分析

#### 勉強に関わるスペック

理解力

暗記力

継続力

応用力

#### 勉強のスペックのまとめ

#### スペックの考え方

スペックの評価法

スペックの優劣

スペックの限界

## 第七章：手法理論

手法の分析

手法の理論

手法理論 1

手法理論 2

まとめ

## 第八章：理解法

理解に関する心構え

理解するということ

理解するとはどういうことか

理解することの特徴 1

理解することの特徴 2

理解を助ける手法 1～順番～

知識間のギャップを埋める

目をつぶって先に進む

理解を助ける手法 2～繋がり～

パーツに分解する

具体例や卑近な例に置き換える

図・絵・表などを利用する

手を動かす

理解の指標

## 第九章：暗記法

暗記に関する心構え

暗記するということ

はじめに

暗記するとはどういうことか

暗記することの特徴

暗記を助ける手法 1～注意～

注意が向く

注意を向ける

暗記を助ける手法 2～反復～

暗記を助ける手法 3～理解～

知識同士を関連づける

既にある知識と関連づける

語呂合わせ

その他

暗記を助ける手法 4～想起～

暗記の指標

## 第十章：継続法

継続に関する心構え

継続するということ

継続するとはどういうことか

継続することの特徴 1

継続することの特徴 2

まず継続する方法

既成事実をつくる

全体像から把握する

こまめにゴールを設定する

うまく継続する方法 1～時間～

時間コントロールの原則

時間コントロールの工夫

うまく継続する方法 2～反復～

反復の有用性

反復のポイント

反復のモデル

## 第十一章：応用法

応用に関する心構え

応用するということ

応用するとはどういうことか

応用することの特徴

応用を助ける手法 1～土台強化～

応用を助ける手法 2～情報処理～

スピードを身につける手法

スピードについて

反射でできるものを増やす

小技を身につける

制限時間内に済ます訓練

## 第十二章：インプット

インプットとは

インプットと x 軸の交わり

インプットにおける心掛け

系統的な学習

マクロの視点

ミクロの視点

インプットの場の利用法

系統講義を受ける

自力で教材を読む

## 第十三章：アウトプット

アウトプットとは

アウトプットと x 軸の交わり

はじめに

アウトプットしながら応用する

アウトプットしながら理解する

アウトプットしながら暗記する

アウトプットにおける心掛け

アウトプットの場の利用法

問題集を解く

確認試験を受ける

模擬試験を受ける

解答法

解答に対する心構え

解答法を身につける手法

論述式解答のポイント

その他のポイント

## 第十四章：インプット&アウトプット

インプット&アウトプットとは

勉強法 y 軸のマネジメント

教材の選び方の捕捉

## 第十五章：総合論

勉強法総合論

勉強のエッセンス

系統的な勉強

独学のスピリット

## 第十六章：付録

付録について

頭のよさ

本当の頭のよさ

倫理にあてはめる

少しだけの意識

限界を知ること

知能行動

## 後書き：エピローグ

## 『はじめに』

私の処女作である『本当の勉強法を知りたくないか?』は、おかげさまで大変な好評をいただいております。これをきっかけに、より多くの人々が「正しい勉強法」について考えることができるように、今後とも精進していきたいと考えております。

さて、本作は『本当の勉強法を知りたくないか?』の補助本です。

『本当の勉強法を知りたくないか?』は、基本的に1冊だけで「勉強の原理原則」を網羅し、内容に一切漏れがないように書きました。そして、重要なことに関しては、しつこいくらいに作中で何度も繰り返して表現しました。また、シニア層にまで読み応えがあるように、文章レベルも比較的高度なものとなっています。つまり、平たく言うと「ガッツリと仕上げている」のです。

しかし、その反面、やや冗長で説明しすぎになってしまった面も否めません。そこで、『本当の勉強法を知りたくないか?』と同じエッセンスを伝えながらも、小中学生でも楽に読めるように、また、より年長の人にもライトに読めるように用意したのが本書なのです。

具体的には、二人の人物の対話形式で、勉強法を紹介していきます。章立てに関しては、『本当の勉強法を知りたくないか?』と全く同様です。会話の中に重要なメッセージが含まれ、節・項ごとに「まとめ」が設けてあります。

こうして、概ね『本当の勉強法を知りたくないか?』の簡易版エッセンスを会得することができるはずです。

それでは、以下に登場人物を紹介します。

### ■とらますく先生（以下、先生）

豊富な学習経験から正しい勉強法を身に付けた、「本当の勉強法」マスター。勉強に悩める学生達の指導に精を出している。熱いハートを持ちながらも、いつでも冷静沈着。なぜかトラの覆面をかぶっているが、実は優しい先生。

### ●ニコニコソフィちゃん（以下、ソフィちゃん）

ニコニコした笑顔が素敵な女の子。性格は真面目な方だけど、少しポーッとしたところもある。受験を控えて、そろそろ本気で勉強を始めたいと考えているものの、今までそのような経験がなく、ちょっと途方にくれている。

この二人と一緒に、勉強法をみていきましょう！

## 『プロローグ』

●先生！私、今回こそは本気で勉強したいと思うんです！だから、こんな勉強法の本を買ってきました！さっそく家で読んできたいと思います！

■ほう。どれどれ、どんな本を集めてきたのかな？

…「たった〇ヶ月で、偏差値 30 アップ！」、「勉強しないで、〇〇に合格！」、「一日〇分の勉強だけで、あっという間に天才に！」、「こんなに楽な勉強法があった！」…。

こ…これは、ダメだよ。ソフィちゃん…。

●え？ダメなんですか？せっかく高いお金払って、たくさん買ってきたのに！

■巷には、たくさん「勉強法」が出回っているけど、どれもこれも**インチキなものが多い**から、気を付けないといけないよ。「ダイエット法」とかと同じで、魅惑のタイトルに騙されてしまうんだ。

ソフィちゃんも、もういい年齢だし、今回は本気で勉強したいと思っているみたいだから、先生が一肌脱ぐことにしよう！多少の辛さは覚悟してもらおうけど、きちんと**本質を捉えた「本物の勉強法」**を伝授するよ！

●本当に！？ありがとうございます！

■ところで、ソフィちゃん。「本質を捉えた勉強法」とは言ったけど、勉強法における「本質」ってなんだと思う？

●え～なんだろう。わかりません。

■まず、一つ目のポイントはね、「**当たり前**の勉強法」を改めてきちんと整理し直すということなんだ。

成績優秀者は、「特殊な秘密の勉強法」を知っているから優秀になったわけでは、決してないんだ。彼等は、驚くほど当たり前、かつシンプルな「正しい勉強法」を実践しているだけなんだよ。

●なるほど。よく「良いものほどシンプルだ」って言いますもんね。

■こういう、古来より人類が培ってきた「**正攻法**」と呼べる勉強法は、いつの時代になっても変わらないものなんだ。

でもね、皆「**そこに当たり前**の勉強法がある」ということは**感覚的には**わかっているけど、

実はその本体をしっかりと知らないんだよね。

●確かに、改めてそれがどんなものかって聞かれても答えられないな（泣）。

だから、今こそ、**あえて原点に立ち返って「当たり前の勉強法」を、確認する必要がある**んですね！

■そう！それは、「正しい勉強法」の、重要な一つの「本質」だね！それと、もう一つ忘れちゃいけない重要な「本質」があるんだよ。

それは、「**発展的、革新的な勉強**」にも**通用する**ということなんだ。勉強っていうのは、本来、「決められた範囲を勉強してきて、試験で高得点をとる」ということさえできればいいわけじゃない。人間が生きていくには、学校や塾から「教育課程」として用意された、型通りの勉強がこなせるだけでは解決できない問題がたくさんあるんだ。

●「答え」のある勉強じゃなく、問題提起から正解を導くまで、全部を自力で行わなきゃいけない、本当の意味での「勉強」が必要なんです。

■そう。だから、勉強法を考えるときには、こういった「本質」も忘れてはいけない。でもね、真逆に聞こえるかもしれないけれど、それに気を付けるためにも、**やっぱり「当たり前の正しい勉強法」を正しく分析することが最も近道**になるんだよ。

●どうしてですか？

■なぜなら、「勉強法のエッセンス」は、どんなレベルにおいても全く同じだからなんだ。「当たり前の勉強法」で、計画立案や実行の仕方を身につければ、それはもっと難しい勉強においても基本的に通用するんだ。

例えば、小学校の算数と、高校の数学は、レベルは数学のほうがずっと高いけれど、勉強のやり方としては根本的な部分は変わらないよね？それと同じことだよ。

●そっか！じゃあ、「当たり前の勉強法」を体得しようとするときに、「この延長線上に、発展的、革新的な勉強があるんだ」という意識を持っていれば、将来役に立つのね！

■さすがソフィちゃん。ものわかりがいいね。先生がこれから解説していく勉強法は、**全体の構成に工夫を凝らして、この視点をしっかりと活かすようにしていくつもり**だよ。だから、なるべく途中で投げ出さないで、最後までしっかりついてきてね。

●わかりました！皆も、私と一緒に先生から教わりましょうね！

## 『第一章：正しい勉強法の概要』

<使えない勉強法>

〔枝葉末節論に終始する〕

■「使えない勉強法」のダメな点を炙り出せば、それを反面教師にすることで正しい勉強法がみえてくるから、そこで、まずはそれを分析してみよう。

ソフィちゃん、さっき君が持ってきてくれた勉強法は、どうして役に立たないかわかるかな？

●なんでだろう。「暗記法」とか「速読法」とか、役に立ちそうな気がしますけどね〜。

■そこが落とし穴なんだ。そういった勉強法は、「枝葉末節論に過ぎない」んだよね。つまり、「**一番重要な根本となる部分を押さえていない**」という意味だよ。

例えば、「暗記」だけで勉強の全てが解決できるわけではないよね。勉強には、他にも「理解」や「応用」といった様々な能力が要求されるから、「暗記法」の本を読んだだけで、勉強が得意になれるわけではないんだ。

●そっか。同じことは、「速読法」とかにも当てはまりますね。野球の投手を目指している人に、ちゃんとした体の造り方や直球の投げ方を教えずに、珍しい変化球の投げ方をアドバイスしているようなものですね。

■うん。これでは、効き目がないばかりか、かえって基本のフォームを乱して、成績を落とす原因にもなりかねないから、注意が必要だね。

ちなみに、「枝葉末節」を、もう少し広い意味でとらえると、「**対象レベルが根本を抑えてない**」という場合もありうるんだ。

●えっ、どういう意味ですか？

■例えば、「東大生が書いた」とか「有名予備校講師が書いた」という触れ込みがあると、一見信頼がおけそうだよな？

彼らはとても優秀なのは間違いないんだけど、だからこそ「高すぎるレベルの助言」がされてしまうこともあるんだ。つまり、90点を95点に上げるようなマニアックな勉強の工夫というイメージだね。

●ふむふむ。50点の成績の人が、まずクリアすべき段階を飛び越えて、90点から5点アップするための工夫を学んだってダメですよな。

■ そうだね。個々人の成績にかかわらずに通用するような、根幹的な勉強法をきちんと押さえることが大事なんだよ。

全体像を把握していない、もしくは内容と対象者のレベルに差があるといったように、枝葉末節論に終始する「勉強法」は数多い。それだけでは根本的に学力は上がらない。

[悪趣味な自己啓発である]

■ もう一つ、「使えない勉強法」の問題点があるんだ。ソフィちゃんが、持ってきてくれた本のタイトルを、改めてみてごらん。

● 「ただ〇〇しているだけで、突然できるようになる」、「一日たった〇分で、頭がよくなる」、「右脳を利用して云々」「‘気’を利用して云々」…

…胡散臭いですね。確かに…

■ 僕みたいに、ある程度勉強をやってきた人なら簡単に「インチキ」だっただけで見抜けるような、デタラメな勉強法もたくさん出回っているんだ。これじゃ、「勉強法」を読むことばかりに時間を取られて、肝心の「勉強法」はほとんど身につかない可能性がある。

● そっか。そんなもの読んでも暇があったら、普通に勉強したほうがマシ…と。

■ そうだね。どうしてもこれらを利用したいなら、「何か一つくらい使えるネタはないかな？」というつもりで参考所見にする程度が丁度いいだろうね。

大半の「勉強法」は、内容がインチキな「悪趣味な自己啓発本」に近い内容である。それらは参考所見としての利用価値がなく、全てを真に受けるのはほとんど無駄である。

<正しい勉強法>

[当たり前前の勉強法]

■ じゃあ、ソフィちゃん。さっき挙げたような欠点の反対を考えてみよう。それが、正しい勉強法の特徴になるからね。

● え〜っと…まず、「枝葉末節論に終始する」の反対は「**根幹を押さえている**」ということですね。野球投手でいえば、「レアな変化球の投げ方の微妙なコツ」じゃなくて、「よい直球を投げられる体作りとフォーム作り」を押さえるという感じ。

■ 素晴らしい！そして、「**根幹を押さえている**」ということは、「**当たり前前の勉強法**」とい

うことでもあるんだ。投手の例でも「よい直球を投げられる体作りとフォーム作り」とは、詰まるところ「地道な走りこみ、筋トレ、投げ込み」だよ。同様に、成績を上げたいなら、つべこべ言わずに理解や暗記はしなければならない。

では、続いてもう一つの欠点の反対を考えてみて。

●「悪趣味な自己啓発」の反対だから…「**系統的で理路整然としている**」かな。

■いい感じだね。例えば、「算数」とか「数学」のような、きちんとした「学問」を想像してみてください。各単元は、ごちゃ混ぜにならずに、過不足なく順序良く並んで、教科書全体が大きなストーリー性を持って作られているよね。

物事を真剣に学び、身につけようとするには、そうした形式が理想的なんだ。だから、先生のこれからの勉強法の解説も、なるべくそういう形にしていくつもりだよ。

●今後の先生の説明に期待してます！

本質をとらえた「使える勉強法」とは、「当たり前の勉強法」のことである。それを、全ての人にとって明確に系統的にまとめたものが、一流の勉強法である。

〔さらなる勉強の本質〕

■さっき言ったような「当たり前の勉強法」さえできれば、成績を上げるには本当に充分なんだ。でもね、「正しい勉強法」を語るときに、ただ「いい成績をとる」ということだけを目標にすればいいかということ、そうではないね。

●「プロローグ」でもあったように、「その先」を見据えることが大事なんですよね。

■うん。勉強に興味を持って、得意になって、そして〇〇を習得した、〇〇に合格した。そうしたら、ソフィちゃんはどうする？その次にどうしたいかな？

どんな道を選ぶにせよ、**勉強は、あくまで手段であって目的ではない**んだよね。

●そっか～。学校の成績がよくても、実際の人生に活かせなかったらあんまり意味ないですもんね。

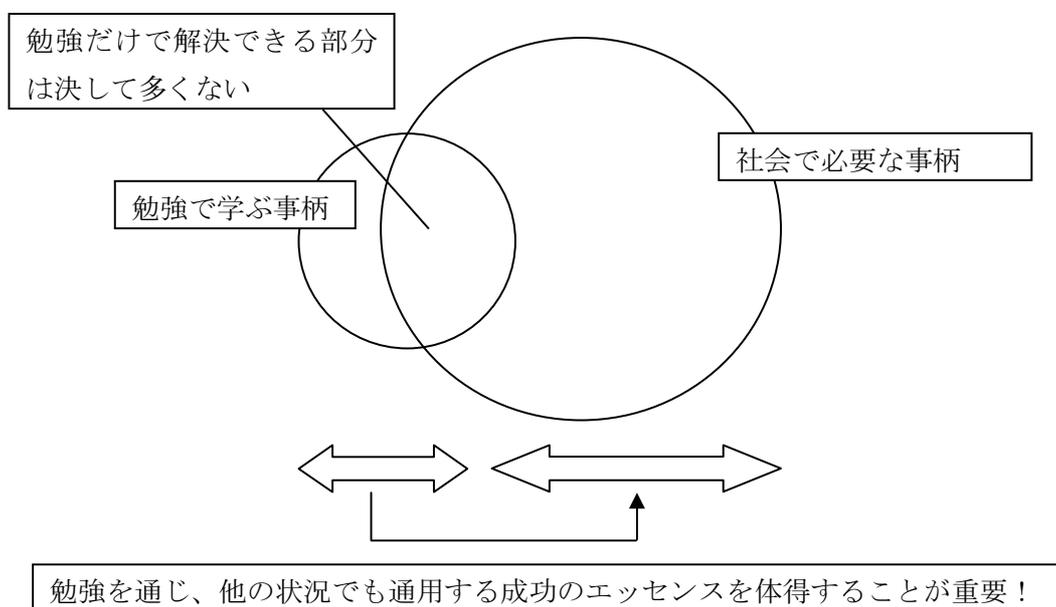
■ここでキーポイントとなるのは、「**それまでにしてきた勉強**」と「**その先にある活動**」との間における「**ギャップ**」なんだ。例えば、お医者さんという職業を考えてみよう。彼らは、「医学だけ」の知識がありさえすればその職が務まるかな？

● いや～それなりにいろんな分野の知識が必要じゃないですか？英語とか数学とか・・・それに、社会とか国語の最低限の教養とかも欠かせないと思います。

■ そうだね。ソフィちゃんみたいな学生も同じで、受験勉強科目の内容が大人になってからの仕事等にそのまま役立つわけではないよね。机に向かってやる勉強は大切だけれど、それだけで世の中の万事が解決するというわけでもない。**机上の勉強の実力に加えて「ギャップを埋める力」が伴って初めて、社会的な活躍ができるんだ。**

「正しい勉強法」は、勉強を通じてこのような力が同時についてくるようなものでなければならないんだよ。

図でみてみよう。勉強に成功する過程において、将来のあらゆる状況でも通用するような「成功のエッセンス」を体得すべきなんだ。



● ごちゃごちゃ適当に勉強したり、人の言いなりになっているだけではダメなんですね～。

「勉強の成功」を通じ、人生全般においても通用する「成功のエッセンス」を体得することも、「正しい勉強法」の重要な役割である。

<本書の展望>

■ じゃあ、次章からいよいよ「勉強法」を扱っていくよ。ちなみに、さっきの内容を言い換えると、「勉強」には、いわゆる「試験のための勉強」と、「頭がよくなる勉強」の二種類があるということになるね。わかるかな？

●はい！「成績を上げるための当り前の勉強」と、「将来を見据えた、成功のエッセンスを身につける勉強」のことですね！

■素晴らしい。これらは、どちらも重要なコンセプトなんだけど、二つを同時に説明すると混乱しやすいから、当面は「試験のための勉強」をターゲットに据えるよ。

●まあ、まず私達が求めているのがそれですもんね！とにかく成績あげて、行きたい学校に合格しなきゃ、将来の夢も成功もへったくれもありませんもんね。

■もちろんそうだね。それに、「頭がよくなる勉強」は「試験のための勉強」の延長線上にあるわけだから、そこで通用するエッセンスは根本的に共通しているんだ。この両者は全く別物だなんて言う人もいるけど、それは違うと思うな。

むしろ、成功のノウハウがパターン化された「試験のための勉強」を通じて訓練をし、「頭がよくなる勉強」への踏み台とするほうが、ずっと効率が良いはずだよ。

●そうですね！そう考えるとやる気が湧いてきます！

■さて、当面は「試験のための勉強」を見定めるとしても、もちろん、それだけでは終わらない。「試験のための勉強」を扱っている最中に、その大きなストーリーが「頭がよくなる勉強」へのステップアップとなるような工夫をするよ。最後にその「タネ明かし」をするからね（笑）。

●すごい！楽しみにしています！

■最後に、次章以後の大きな流れが把握しやすいように、章立ての概略を記しておくね。

まず、第二章では「勉強法理論」と銘打って、「勉強法」の全体骨格を解説します。そして、第三章～第十四章が、いわゆる「勉強法」。第十五章は、さっき言ったように、メイン部分を扱う間に張っていた「頭がよくなる勉強」への伏線を回収します。

ではビシっとしていこう！

勉強には、いわば「試験のための勉強」と「頭がよくなる勉強」がある。ただし、両者のエッセンスは根本的に同じである。  
当面は、前者に標的を絞って解説していくが、そのストーリーの中で後者への伏線を張り、最後にそれを回収する。

## 『第二章：勉強法理論』

<勉強法の理論>

〔勉強法を表す理論式〕

●先生～。私、やる気はあるんですけど、何をどう頑張っているのかわからないんです。何から手を付ければいいんですか？

■ソフィちゃんみたいな悩みを持つ人はたくさんいるよね。それは、勉強法を構成する多くの要素が一度にのしかかって、頭がパンクしてしまっているんだ。だから、最初にそれを整理することが必要だね。

そこで、先生オリジナルの「**勉強法を表す理論式**」を伝授しよう。以下の式がそれだよ。

$$\frac{\text{勉強量}}{\text{意志} \times \text{スペック} \times \text{手法}} = \text{時間}$$

●へ～。なんか綺麗な形してる。この式にはどんな意味があるんですか？

■「距離÷速度＝時間」の関係を思い出せば、わかりやすくなると思うよ。例えば、100kmの距離を時速 50km の車で移動するには、2 時間かかるという関係式だね。

●あっ、そうか！基本骨格は同じですね！「距離＝勉強量」、「速度＝意志×スペック×手法」と対応させればいいんだ。

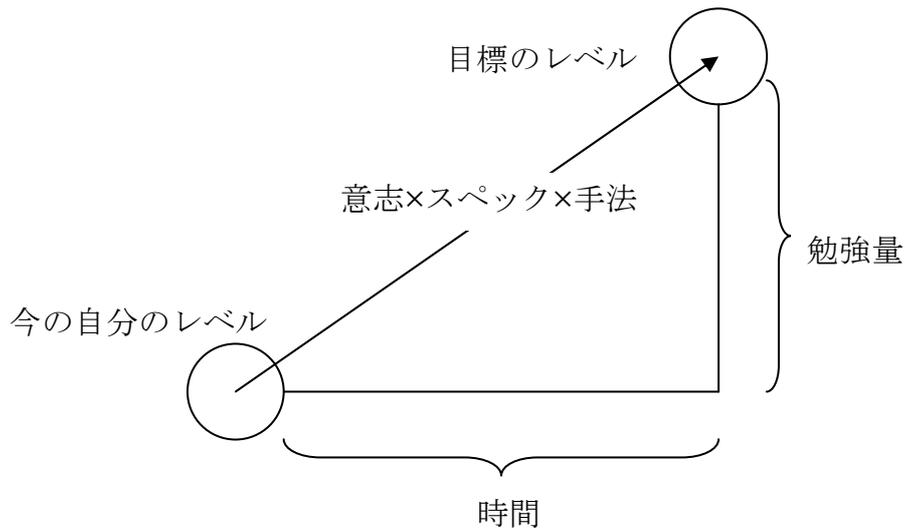
■その通り。ソフィちゃんが、志望校に合格するためには、それに相応しい勉強量をこなさなければならないね。これが、いわば車で移動すべき「距離」のようなもの。

そして、「意志×スペック×手法」は、車の「速度」をもう少し細かく分解すれば、概念がみえてくるよ。まず、「本人がスピードを出すつもりがあるかどうか」が「意志」。そして、「車の性能」が「スペック」で、要は才能や能力のことだね。最後に、「運転のやり方が優れているか否か」が「手法」に相当するんだ。

●すると、残りの要素である「時間」も自動的に決まってくるね。私がこなすべき勉強量を、私の勉強の速度で割り算すれば、時間が計算できますから。

「私の意志・スペック・手法をもってすれば、志望校に合格するには 1 年間かかる」といった感じですね！

●これでスッキリしたね！最後に、ここまでの内容のイメージ図を掲載しておくよ！



勉強法をわかりやすく考えるため、各要素に分解し、それらの関連性を把握する。  
 その際、「距離÷速度＝時間」と同じ関係の「勉強量÷（意志×スペック×手法）＝時間」という理論式を知っておくとよい。

〔勉強法の展望〕

■ さっきの話で、勉強法を構成するそれぞれの要素と、それらの関連性がわかったね。これからは、各要素を深く掘り下げていこう。

まず、第三章では「時間」を扱います。なぜ最初に「時間」から検討するかというと、「時間」の捉え方には2パターンあって、戦略を練る上で重要な分岐点になるからなんだ。

● スゴロクでいうと、最初に分かれ道になるってことですね。

■ 次に、第四章で「勉強量」を扱います。例えば、「一生懸命勉強しなさい」と言われても、具体的に何をしていたのかよくわからないよね。それを、もっと踏み込んで考えようというわけ。

● 順番にいくと、第五章が「意志」、第六章が「スペック」ですね！

■ そうだね。で、最後に、第七章～第十四章が「手法」になります。これが、いわゆる「暗記法」などを含む、実践的な方法論になってくるよ。

● 章数からして、かなり盛りだくさんですね。

■ここで、改めて肝に銘じておいて欲しいのは、いくら内容が盛りだくさんであっても、「手法」だけが「勉強法」なのではないということなんだ。あくまで「手法」は、先の「理論式」の一項目を占めているだけだよ。

「暗記法」などの方法論が、確かに「勉強法」の最重要な部分であることは間違いないんだけど、勉強プランを練る上では、そればかりに意識を向けてはいけないんだ。

●そっか～。私も含めて、そうやって大局観を持って勉強プランを立てようとしてる人って、ほとんどいない気がします。

■そこが、成績の良し悪しを分ける最大のポイントと言っても過言ではないんだよ。

「勉強法の理論式」に従って大局的に勉強計画を練ることが、勉強の成功のためには欠かせないということを、改めて肝に銘じておく。

### 『第三章：時間』

<時間の分析>

■では、最初に「時間」を分析していこう。理論式の中では、以下の網掛け部分だね。

$$\frac{\text{勉強量}}{\text{意志} \times \text{スペック} \times \text{手法}} = \text{時間}$$

学習者が「時間の見積もりを間違う」ということはよくあるから、気を付けないといけないよ。

●「1年間で勉強は足りると思っていたら、実は不十分で、2年間は必要だった」という認識ミスはよくありますよね。油断ならないな。

■そして、「時間」の捉え方には2パターンがあるんだ。これが**勉強戦略を練る上での重要な分岐点**になるよ。

それは、端的にまとめると、**第一に「所要時間」、そして第二に「持ち時間」**です。次節以後、各々の「時間」の概念についてみていこう。

●一口に「時間」と言っても、確かにニュアンスが全然違いますね！

学習者が「勉強時間の見積もりを誤る」ということは十分にありうる。

「時間」の捉え方には、「所要時間」と「持ち時間」の2パターンがあり、勉強戦略を練る上での重要な分岐点となる。

<所要時間>

[本来のあり方]

■まずは、「時間=所要時間」と捉えるパターンを解説しよう。

これは、「これくらいの時間がかかるだろう」ということを、理論式から算出するというアプローチだね。つまり、「100kmの距離を時速50kmで走ると、何時間かかりますか？」という質問と同じイメージになる。

●そうすると、私の場合・・・「今の実力を、合格に必要な実力まで伸ばすには、自分の意志・スペック・手法をもってすれば1年間かかるだろう」という感じで予測すればいいんですか？

■それでOK。それなら、受験日の1年前から勉強を始めれば、きっちり間に合うね。

今、ソフィちゃんがやってくれたような勉強戦略の決め方は、**いうまでもなく理想的**だよ。でもね、**理想と現実は違うんだ**。

●え～そうなんですかあ。

■さっきソフィちゃんは、当然のように、自分の「速さ」に相当する部分、すなわち「意志×スペック×手法」がわかっているという設定で、「所要時間」を1年と見積もったよね。でも、実際はどうだろう？ソフィちゃんは自分が勉強する「速さ」を正しく認識できているだろうか？

●そういわれると怪しいです…

■うん。でも、実際ほとんどの人はソフィちゃんと同じだよ。だから、とりあえずは「**これが理想形である**」と知っておけばいい。

ごく少数の、確実に実践できる自信がある人だけ、このアプローチを採用してね。

自分の「意志×スペック×手法」という部分が把握できており、「所要時間」を算出する形で勉強戦略を決めるのが理想的である。

ただし、現実的にはこのアプローチを採用できる人は少ない。

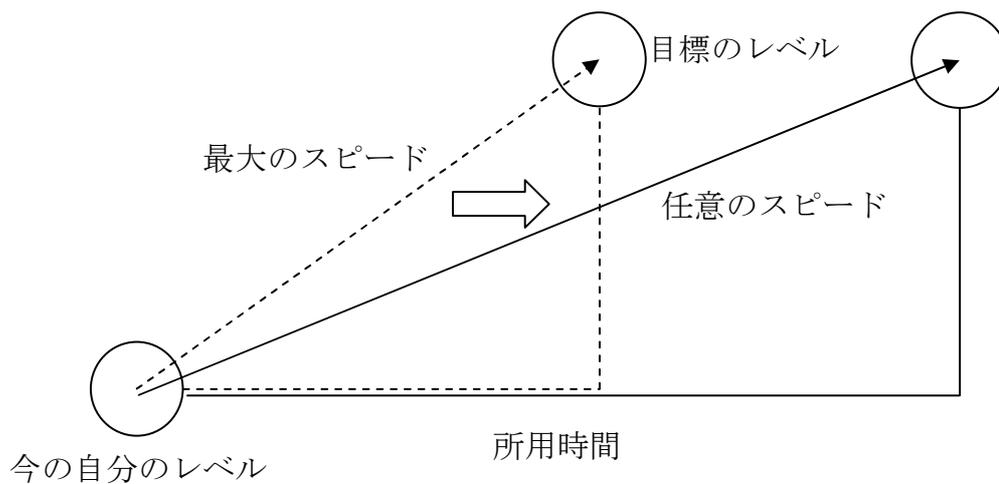
[マイペースが可能]

■多くの人は、「時間=所要時間」という戦略決定ができないんだけど、逆に、一度できるようになってしまえば、**高い自由度を持ってマイペースの勉強ができるんだ**。

●自分の勉強の「速さ」の限界がわかっているれば、それより遅くやるのは簡単ですもんね。

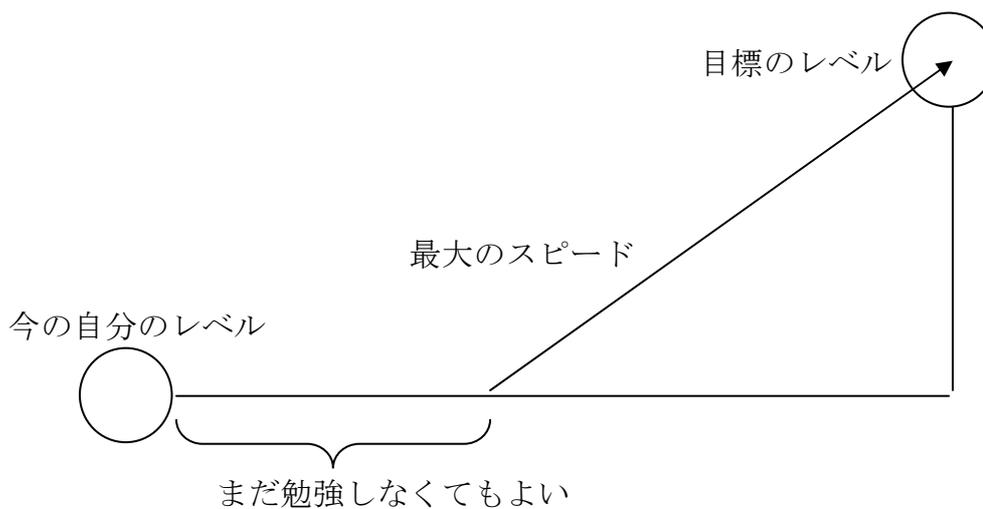
■その通り。例えば、「自分の最大限のスピードで半年間は必要」と予測しているとしよう。この場合、「最大スピードの半分」のスピードで余裕をもってやりたいと思うなら、1年前(=半年×2)から、コツコツと勉強を始めればいいんだ。

以下に参照図を示しておくよ。



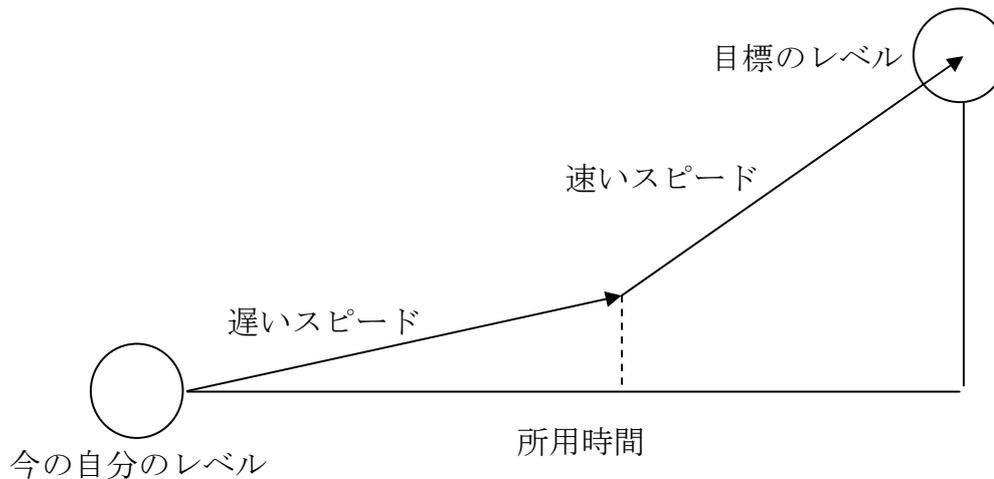
●なるほど～。逆に、「いつまで溜めておけるか」っていう発想で計画を立てることもできますね！

図に表わすとこんな感じかな？



■いい感じだね。これら二つの考え方を組み合わせたっていいんだ。例えば、「〇月までには、ゆっくりしたペースで下地だけ作っておいて、□月からは本気モードで一気に実力を上げていこう」といったようなこともできる。

同様に、参照図を示すね。



●これが自由自在にできたら、まさに勉強の達人ですね～。

■これらの戦略って、皆、本能的に「それらしいもの」をやっていることが多いかもしれないね。でも、本来、自分の「意志×スペック×手法」がよくわかっていない場合、それはプラン失敗のリスクを伴う非常に危険なやり方なんだ。

●はい…確かに、「まだ大丈夫」なんて思っのんびりしていたら、結局、最後は火の車…なんてことが、今まで何度もありました（泣）

■正しい「時間＝所要時間」というアプローチは、本来そのようなミスとは無縁のはずなんだ。「たまたま結果的にそれっぽくなる」のとは、似て非なるものだよ。

「時間＝所要時間」というアプローチをモノにしているなら、自由自在に計画を練って、いわゆる「マイペース」の勉強をすることができる。  
ただし、これは「意志×スペック×手法」が不正確なまま、結果的に「それっぽくなる」のとは似て非なるものである。

<持ち時間>

[現実的なあり方]

■次に、「時間＝持ち時間」と捉える、より現実的なパターンを解説しよう。

さっき、「時間＝所要時間」という捉え方は理想的ではあるけど、現実的にその戦略を取れる人は少ないと言ったよね。実のところ、自分の「意志×スペック×手法」を正確に把握できている人って、すごく少ないんだ。

●自分のことなのに、自分がわかっていないなんて、なんかもどかしいですね。どうして、ほとんどの人は正しく把握できていないんですか？

■それはね、少なくとも一度は、「頭も体も焼き焦げてしまうくらいに死力を尽くし、自分の勉強の限界をみた」という経験がなければ、これを把握することができないからなんだ。

●あ〜なるほど。車に喩えれば、アクセルを全開に踏んで、最大のスピードを試してみなければわからないですね。

■もしソフィちゃんが、「自分の能力なんてこんなものかな」なんて思っているとしたら、それはあらかたハズレているよ。人間ってね、自分の浅はかな見積もりよりもずっと大きな潜在能力を秘めているから。

●そっか！最初から「自分には無理」なんて諦めちゃいけないんですね。でも、「理想形の戦略決定」を採用できない大部分の人は、どうすればいいんですか？

■そこで、「時間＝持ち時間」という考え方の登場というわけ！

具体的な状況を考えてみよう。ソフィちゃんは、現時点では、残念ながら自分の「意志×スペック×手法」を正確に把握できていないね。でも、1年後には受験を控えていて、第一志望校も決まっている。

●はい、その通りです。

■この場合、先に「時間」が決まっている。つまり、「時間＝持ち時間＝1年」と有無を言わず決定されているよね。すると、今度は理論式の計算から、「客観的に必要な勉強のスピード」が算出される。

だから、ソフィちゃんは、正確な自己分析はできていないものの、「とりあえず精一杯頑張って、必要なスピードに必死に食らいついていき、志望校を目指す」というスタンスをとれるよね。

●本当だ！そのペースを1年間守れば合格できるし、脱落すれば不合格になるんですね。

■そう。かつて「自分の限界をみた」という経験をしたことがなくても、擬似的に正しい勉強スピードで勉強プランの決定ができるんだ！

よく考えてみれば、ほとんどの人は、このような現実策をとるべきだよ。本来、こち