

大学生の長期休暇中における自主学習継続のための取り組み ーモチベーション維持のための工夫ー

牧 田 幸 文 渡 橋 佳 子

要旨

本研究では、大学生を対象に夏季休暇を利用した英単語力向上のためのオンライン自習会を実施し自主的に参加した大学生がどのように自学自習を行うのか、またモチベーションの変化や学習効果について調査した。その結果、ほとんどの参加者は、休暇終了までほぼ毎日勉強することを期待していたが、実現できていない参加者がほとんどであった。しかし、休暇後の語彙力テストを受けた参加者のほぼ全員がスコアを伸ばしており、休暇中の自習が語彙力の向上に役立ったことが証明された。アンケート調査によると、自習を成功させる鍵は「時間」、「オンライン」、「サポート」であった。また、休暇後半に自主学習のペースが落ちてしまい、再びペースを取り戻すことができなかったことを悔やむ声が多かったことから、今後の課題としては、モチベーションを長期間維持することに重点を置く必要がある。

キーワード：英語学習 自主学習 長期休暇 モチベーション

1. はじめに

英語力向上に必要な語彙力を伸ばすために、日本のようなEFL (English as a Foreign Language) 環境においては学校の授業外での自学自習が不可欠である (Edward & McGuire, 2012; 高橋, 2020, Fukuda, 2021; Orihashi & Makita, 2022)。日本の大学では夏季、春季と長期の休暇があり、それは自主学習によって語彙力アップを図る絶好の機会である。しかし、大学生はアルバイトや自由時間を増やし、学習習慣を失う傾向があると懸念されている。小泉他 (2013) の調査によると、大学生は夏季休暇中に「何もしない」や「テレビやビデオを視聴」をして過ごすことが多いが回答している。日本の大学生がどのように長期休暇を過ごしているかを調査した研究はほとんど見当たらず、大学生活の大きな部分を占めるこの期間についての注目や研究が、そもそも不足していると思われる。特に大学1年生の夏季休暇中の生活習慣の変化は、その後の学生生活に大き

な影響を与える可能性がある (川崎他, 2004)。渡辺 (2009) の研究によると、夏季休暇中の学習停止が前期の学習の伸びを帳消しにし、後期の学習の伸びに影響を与える可能性があると指摘している。しかし、日本の大学生がどのように長期休暇中に自学自習を行っているかについての研究はほとんどない。本研究では、大学生が自律的に学習できるように「オンライン夏季休暇英語語彙自主学習会」を設置、自主的に参加した大学生がどのように自学自習を行うのか、またモチベーションの変化や学習効果を探求した。

2. モチベーション維持と英語自主学習に関する研究

大学生が自宅で一人、パソコンに向かって自主学習をする困難さは想像に難くない (ヴィエル, 2014)。そのうえ2か月近くにわたる休暇中、自主学習を継続させるには自己管理や工夫、外部からのサポートが必要である。江村・高橋 (2022) は大学の夏季

休暇中、単位取得のためにオンライン自習コースの受講をノルマとする大学生と、自主的に同コースを受講した学習意欲の高い大学生の比較調査を行った。その結果、ログインしていない学生に警告メールを送るなどの教師による学習指導のもとでは長期休暇中でも自主学習を行った学生が多く、英語力低下の抑制に成功したとの報告がある。しかし、教師による指導を受けなかった参加者は休暇前の学習意欲が高かったにもかかわらず、休暇中の学習量は激減していた。はじめはやる気に満ちている学習者も、途中で様々な障害に直面することで学習継続が困難になる（日置, 2017）。特に長期休暇中の学生は、多くが授業を受けず、自主学習をする必要に迫られていないゆえ、自主学習を続けるにあたって多くの誘惑や妨害が想像できる。ヴィエル（2014）はゲーム技術を利用したオンライン自習プログラムの研究をしているが、「社交型」や「達成型」のような学習者の多様な特性に応じた戦略が必要であるという。また、日置（2017）は、長時間の学習に耐えられなくても、スマートフォンを利用した「すきま時間」を活用することを提言している。

近年、スマートフォンで手軽に利用できるオンラインの無料アプリなどが増えており、英語語彙の自主学習の選択肢はより便利で多岐にわたる。いつでも、どこにいても空いた時間に学習できるオンライン環境は、学習者が好きな時間に好きな量だけ学習できるという自由を与える（Huang, Tsai & Chen, 2017）。中でも、英単語フラッシュカードを用いたオンライン学習は、効果的なうえに学習者への負担や不安が小さい（Lai, et al., 2020）。また、Vasiljevic(2020)は、フラッシュカードを使った語彙学習は第二言語（英語）を見るときに受動的な想起を促し、第一言語（日本語）を見る時に、それに対応する第二言語を思い出そうとする生産的想起を促すことから、形と意味のつながりを確立するための有効な学習法と見ている。本研究ではこれらの知見をもとに、効果的な学習法としてPowerPointで作成した発音入りの英単語フラッシュカードを用い、スマートフォンでの「すき間時間学習」を可能にし、調査を行った。

4. 研究目的

本研究では、オンライン自主学習会において、大学生が夏季休暇中にどのように自主学習を続けるのかを探究することで、自主学習を促進する要素や阻害する要素は何か、学習者のモチベーションや自己満足度はどのようなものであるかを分析、また、大学生が効果的に語彙力アップを図ることができるかを検証した。

5. 調査概要

本研究では、2021年8月6日から9月23日までの夏季休暇中に学部生1～4年生45名と大学院生1名を対象に、オンラインでの英語語彙自主学習会を実施した。参加者は自発的に学習会に参加し、オンライン教材とオンライン復習テストを利用して、英語語彙力アップを図るべく個々に自主学習を行った。夏季休暇前後のオンライン・アンケート、夏季休暇中のアンケート込みのリマインダー・メール（休暇開始10日後、24日後、36日後）、期間前後のオンライン語彙テストを分析して、参加者の学習傾向と学習会の効果を検証した。

6. 教材と方法

参加者はオンライン学習管理システムWebClassを通して、教師がPowerPointで作成した発音付きデジタルフラッシュカード（TOEIC®テスト向け英単語300語（20語×15セット）をダウンロードし、20問ごとの3種類の復習テスト（単語入力2種、単語選択問題1種）をWebClass上で受験した。「達成型」の参加者のモチベーション維持の試みとして、100問までの復習テストを修了した学習者に英語クロスワードパズルや音楽ディクテーションを提供した。また、「社交型」の参加者のためにオンラインチャットルームをWebClass上に作成し、参加者同士が交流できる場を提供した。

7. 調査結果

参加者は1年生が37名で全参加者の8割を占めた。1年生は英語の必修授業が後期も続くため、英語力アップに関する意識が高いことを示している。休暇前のアンケートによると、学習会への参加理由は「TOEIC®テストのスコアを上げたい」、「夏休みを有効に使いたい」が主な理由で、「英語が好きだ」、「どちらかというと英語が好きだ」という学生が6割を超えた。また、自習継続の自信の根拠として、「オンラインの柔軟性」と「現在のモチベーションの高さ」を挙げた学生が多かった。モチベーションの高さの理由は、夏季休暇直前に1年生全員が受験したTOEIC®IPテストの結果が返却されたことに基づくと推測される。また、学習継続に関する不安要素として、「モチベーションの低下」、「飽きること」、「アルバイト」や「生活習慣の乱れ」が挙げられた。これらの休暇前の学習会参加への理由や不安、参加者の構

成は、Orihashi & Makita(2022)による調査の結果と酷似している。

Orihashi & Makita(2022)の調査では、ほとんどの参加者が「期待していたほどの学習が出来なかった」と回答していた。そこで本研究では、休暇前の参加者の期待を検証したところ、参加者の多くが学習会に期待する基準として「ほぼ毎日続ける」、「最後まで続ける」などの頻度と「200語覚える」、「1日10語覚える」などという単語数を挙げていた。

図1が示すように、彼らの多くが「毎日少しずつ夏休みの最後まで続けられる」ことを学習会に対して期待しており、長時間学習することよりも、毎日少しずつ学習を続け、自分のペースをつかみ、それを習慣化することを目指していたことが明らかになった。また図2からは、約半数の参加者が、週に3日以上自習をすることを期待しており、参加者のモチベーションが高かったことがうかがえる。

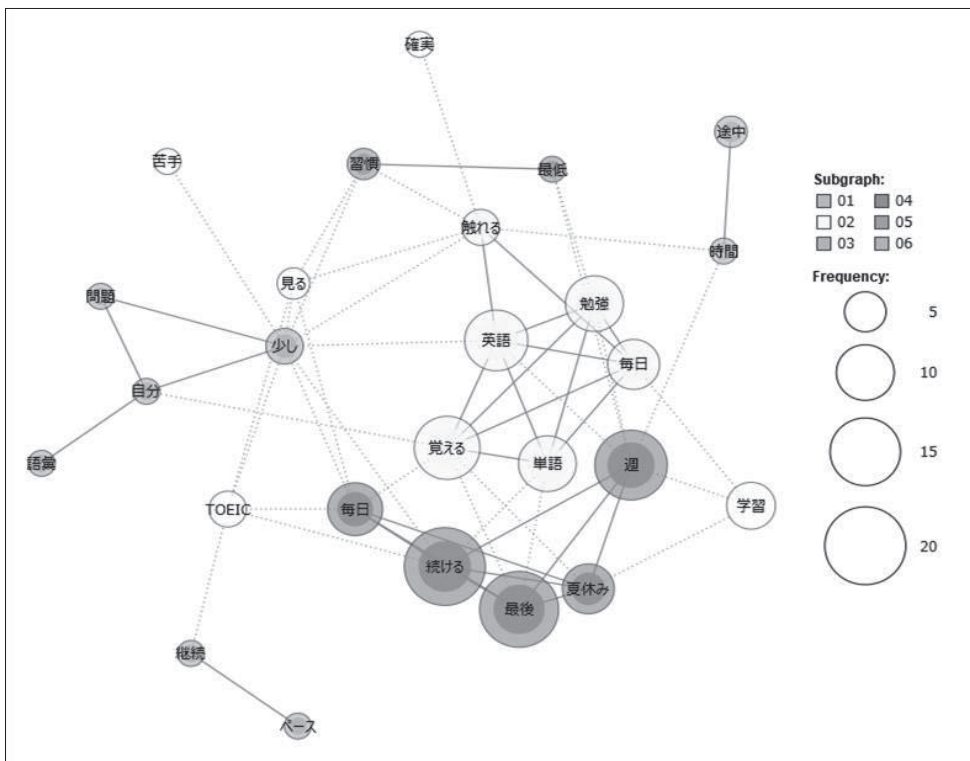


図1 休暇前の学習会参加者の学習目標

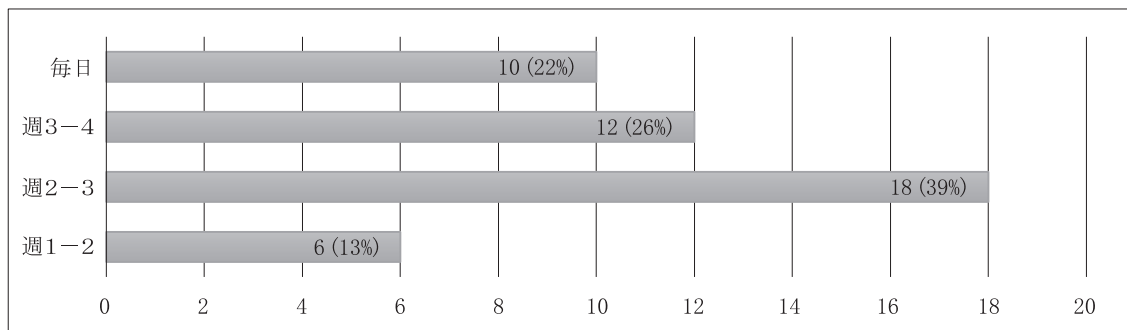


図2 休暇前の学習会参加者の学習頻度に関する期待 (N = 46)

夏季休暇開始10日後に行ったオンライン・アンケートでは、46名中30名が返信し、そのうちの24名が「学習を開始している」と回答した。一方で6名が「まだ学習を開始していない」と回答した。序盤のスタート状況の理由に関しては「気分の関係」と「スケジュールの関係」が8割を占め、週2回以

上の学習を行っている参加者は63.4%であった。モチベーション維持のための改善点としては「生活習慣」の回答が最も多く、夏季休暇序盤ですでに学習習慣が崩れていたことが分かる。その他には「目標の再設定」と「スケジュール調整」をほぼ10人ずつが選択した。これにより、夏季休暇において自分が

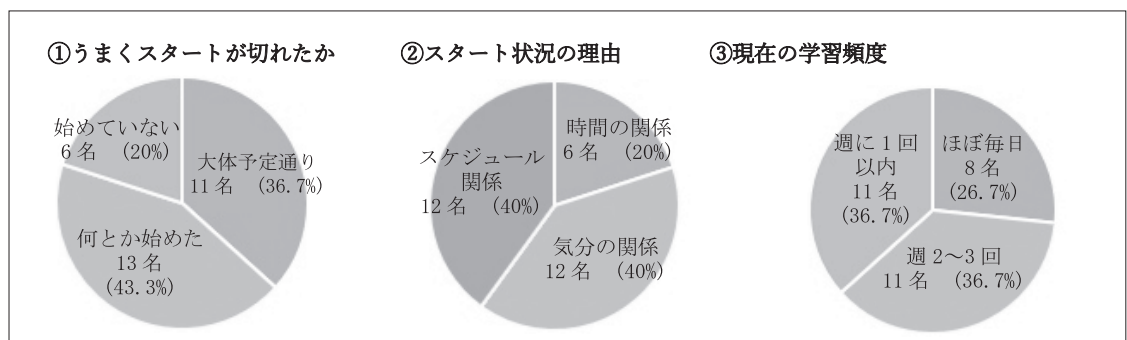


図3 学習開始の状況について (学習開始10日後アンケート N = 30)

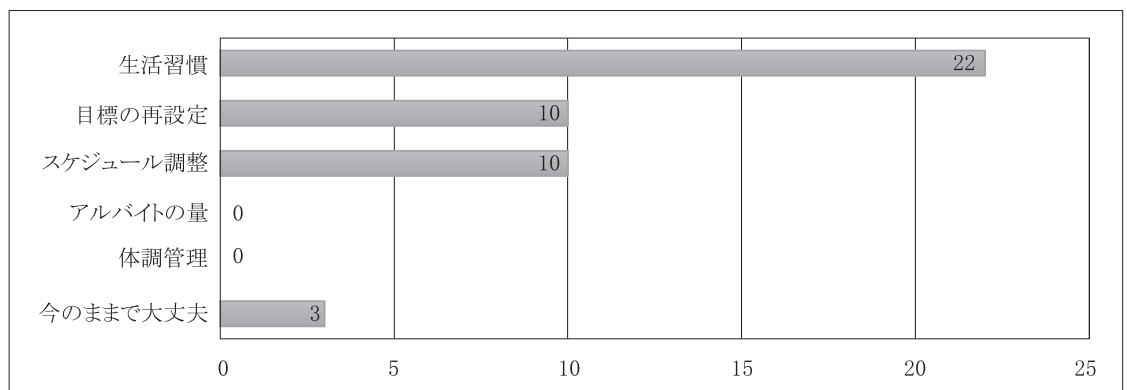


図4 改善すべき点 (学習開始10日後アンケート 複数回答可 N = 30)

思っていたほど時間が取れない状況になっていたことがうかがえる。また、今のペースで大丈夫だと応えた参加者は3名のみだった。

夏季休暇開始24日後に行ったオンライン・アンケートでは、46名中25名が返信し、約半数の13名（52%）が「このペースを続けたい」と回答した一方で、「このペースではいけない」との回答が12名（48%）であった。「このペースを続けたい」と答えた参加者からは図5が示すように「時間がある」、「量がちょうどいい」に続き、「オンラインでやりやすい」、「教材がやりやすい」、「先生のサポートがある」という回答があった。

また、「学習ペースが良くない」と回答した参加者は図6で見られるように「集中講義で忙しい」という回答が最も多く、次いで「アルバイトで忙しい」が多かった。また、「そのほかのイベントで忙しい」、「やる気が起こらない」、「生活習慣が乱れている」という意見もあった。

その後、図7が示すように夏季休暇開始36日後に行ったオンライン・アンケートには、46名中25名が返信し「楽しい（4%）」、「頑張っている（32%）」、「やりがいがある（16%）」とポジティブな回答をした参加者が52%であった。一方で「頑張りたいけ

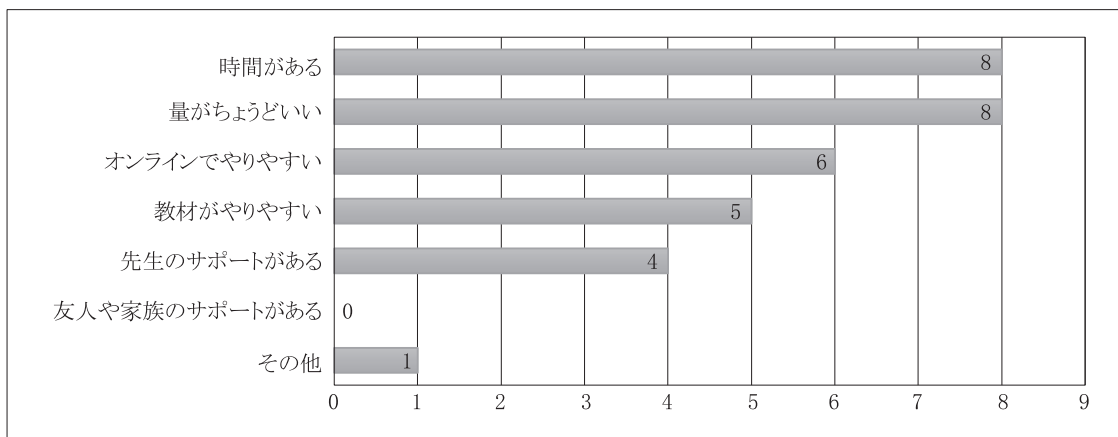


図5 学習ペースが良い理由（学習開始24日後アンケート 複数回答可 $N = 13$ ）

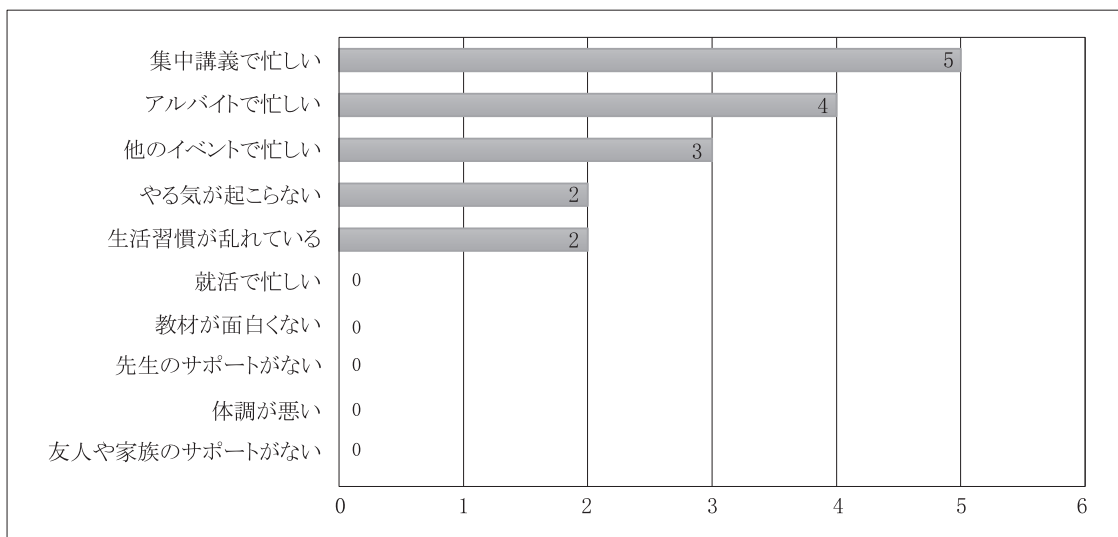


図6 学習ペースが悪い理由（学習開始24日後アンケート 複数回答可 $N = 12$ ）

ど頑張れない（28%）」、「これから頑張る（16%）」、「忘れていた（4%）」と答えた参加者が48%とポジティブ傾向とネガティブ傾向がほぼ半分に分かれる結果となった。これは、夏季休暇開始24日後に行ったアンケート調査と同じ数字であった。

夏季休暇終了後のオンライン・アンケートでは、46名中22名が返信し、図8に見られるように、全体的には「忙しく、学習時間がなかった」、「最初は毎日できたが、最後まで続かなかった」という意見が多かった。特に大学の集中講義で忙しくなり、前半の計画が乱れたことが後半のペースが落ちた原因として挙げられていた。その一方で「何度もフラッシュカードを活用できた」、「あやふやだった単語が定着し、復習テストで使い方を覚えることができた」という肯定的な意見もあった。また、単語フラッシュカードに関しては全体的に評価が高く、「1回分の量がちょうどよく、苦にならなかった」、「見ようと思った時にすぐに見られて、発音の確認も出来て良かった」、「日本語、英語の順に淡々とできるので学習しやすかった」と、参加者の自習に大きく貢献したことが明らかになった。また、復習テストに関しては、「テストが3種類あったことで段階的に暗記の確認ができた」、「学習した単語を使えて理解が深まった」、「覚えた単語だけでなく関連する新たな難易度の高

い単語も併せて学ぶことができた」などの高い評価が多くあった。一方で「使いやすかったが入力が大変だった」、「なぜ他の選択肢が不適切なのかの解説が欲しかった」など、今後の改善点についてのコメントもあった。

休暇前後の語彙テスト（50点満点）では図9が示すように、両方を受験した参加者46名中25名が、休暇前の平均28.12点（ $SD=8.9457$ ）から平均38.72点（ $SD=8.42624$ ）と10点以上得点を伸ばし、殆どの受験者が点数を伸ばす結果となった。また、自主学習を促進する要素と阻害する要素についてのアンケートによると、「時間があるかないか」、「オンラインがやりやすいかどうか」、「サポートがあるかどうか」が、参加者の学習に大きく影響しているようだ（図10、図11参照）。例えば、良いペースで学習できた参加者は「時間があった」や「オンラインでフラッシュカードや復習テストが使いやすい」、また「先生のサポートがあった」と回答しているが、ペースが悪かった参加者は「集中講義やアルバイトで忙しかった」、「パソコンを使うのが面倒だった」、「一人でモチベーションが上がらなかった」と、同じ条件の学習会の中でも真逆の回答をしている。

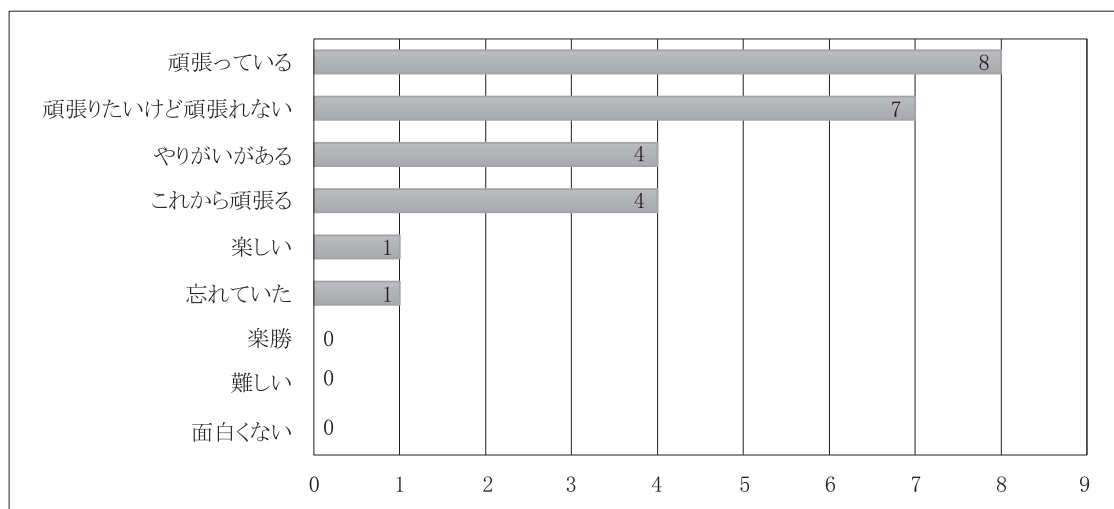


図7 これまでの学習会の感想（学習開始36日後アンケート $N = 25$ ）

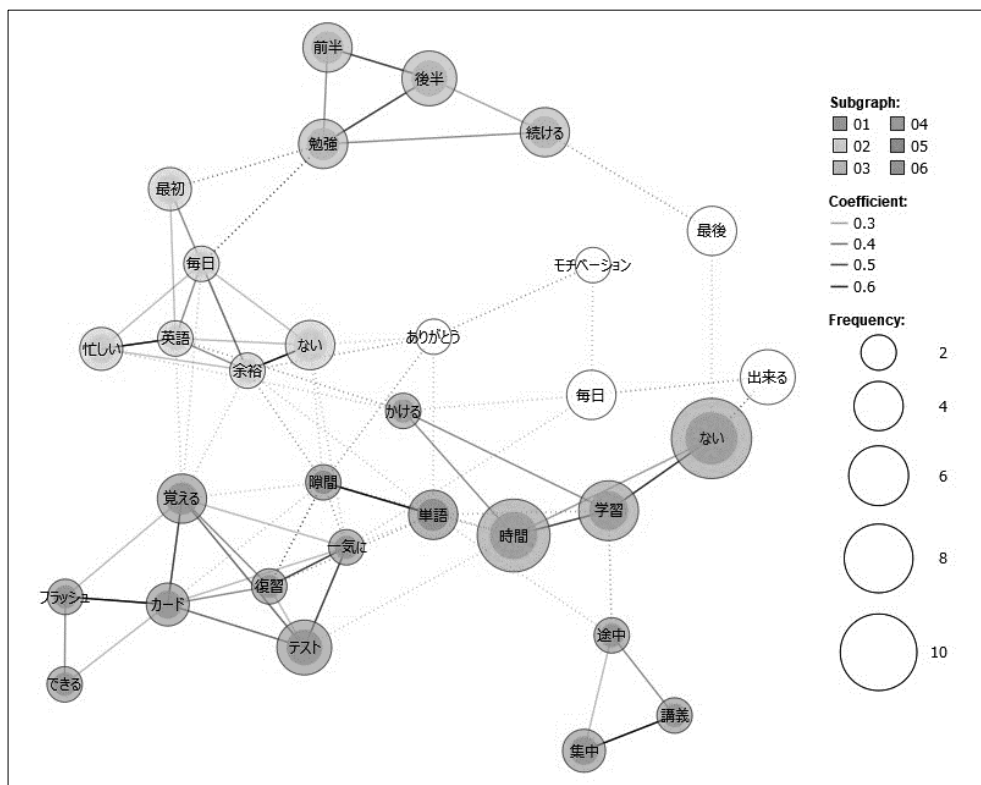


図8 学習会における感想（夏季休暇明けアンケート）（ $N = 22$ ）

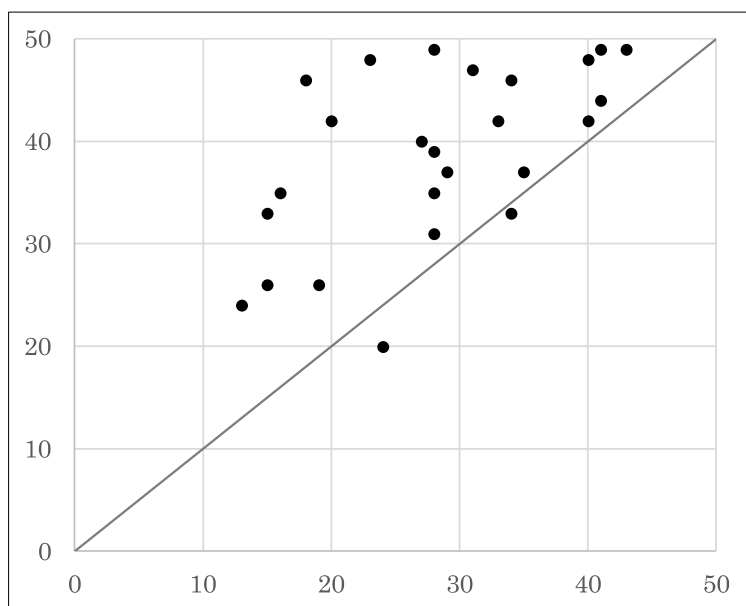


図9 休暇前後の語彙テスト（50点満点）（ $N = 25$ ）

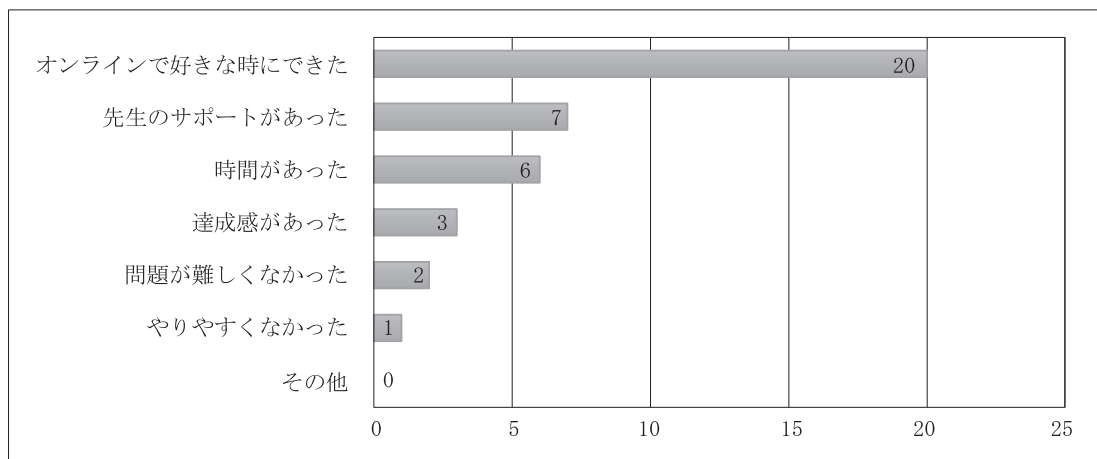


図10 学習会でやりやすかった点 (N = 22)

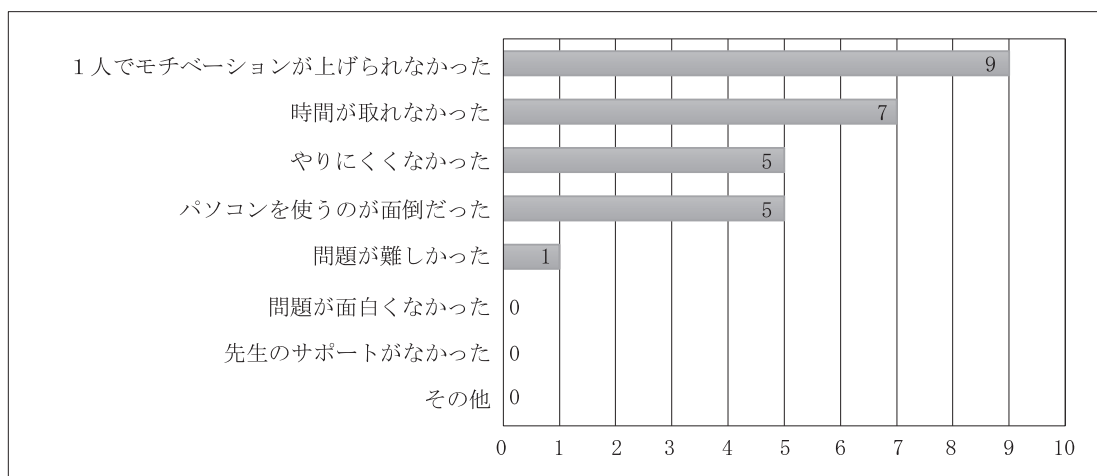


図11 学習会でやりにくかった点 (N = 22)

休暇後のアンケートにおいて、最も多くの参加者が「リマインドメール」がモチベーションアップに一番効果的であったと評価した。教師からの直接のサポートは一切なかった中で、「先生のサポートがあった」と答えた参加者が数名いたが、それはリマインドメールを受け取ることで、間接的な励ましや、見られているという多少の緊張感を感じていたと考えられる。また、音楽ディクテーションやクロスワードパズルをモチベーションアップに効果的だと回答した参加者も数名いたが、これらゲーム的要素は最初の100語をクリアした参加者への「ご褒美」とし

での設定であったので、参加者の多くが体験できなかった。ゲーム的要素の活用については、今後の課題とする。

オンラインチャットルームの利用は、序盤は書き込みもあったが、殆どが他の人の書き込みを見るだけで投稿しないことから、徐々に下火になっていった。しかし、自分は書き込みをしなくても他の参加者の書き込みを見ることで、一緒に頑張っている仲間を感じることが出来たのではないだろうか。モチベーション維持に効果的であったものについて「チャットルーム」は「リマインドメール」につい

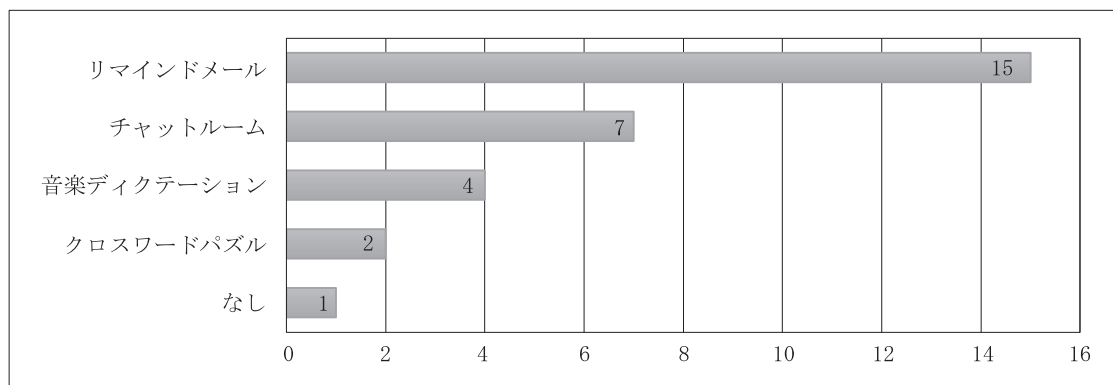


図12 学習会でモチベーションアップに効果的だったもの (N = 22)

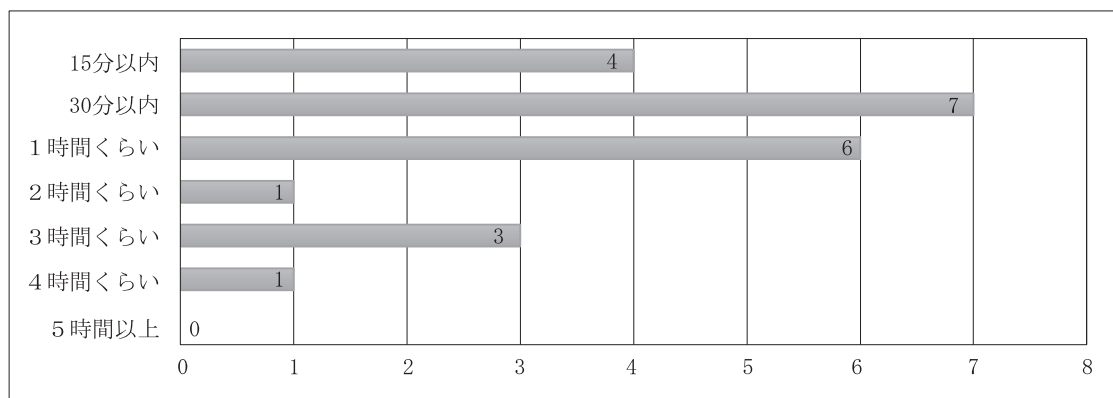


図13 学習会での1週間の平均学習時間 (N = 22)

で多くが回答し、グループワークではなかったものの、話し合える場を提供したことでモチベーション維持に効果的であったと考えられる。また、図13が示すように参加者の1週間の平均学習時間は30分から1時間くらいが最も多く、短時間でコツコツと学習した参加者が多かった。これは休暇前に参加者が望んでいた「毎日少しずつ最後まで続ける」ことを多くが実現したことを示し、彼らの学習習慣づけに大いに役立ったことを示唆する。

8. 考察

今回の調査では、モチベーションの高い学生の自主学習が長期休暇中にどのように変化していくのかが明らかになった。休暇前の参加者の期待は、「毎日

少しずつ、夏休みの最後まで学習を続けること」であったが、それはかなり曖昧な目標でもあった。実際、休暇開始直後から、約2割の参加者が学習を始めることができなかった。そして休暇の中盤頃からは、良いペースで学習を進めていた参加者とそうでない参加者が約半分ずつで、最終的に休暇終盤まで同じ状況が続いた。このことから、長期休暇半ばまでに学習ペースを掴んだ参加者は、自主学習を休暇中の毎日のルーティーンに上手く組み込んでいたといえる。一方で、あまり学習ができなかった参加者の中には、「大学の集中講義などで後半にペースが落ちた」という意見が多かった。集中講義中は毎日大学で一日中講義が行われ、試験に向けても短期間で学習するため、英語の語彙学習を後回しにする傾向になったと考えられる。しかし、学習を続けた参加

者の殆どが休暇明けの語彙テストで点数を伸ばしており、渡辺（2009）や江村・高橋（2022）が懸念する長期休暇中の学力低下を防ぎ、休暇を上手く語彙力向上に活用していることが明らかになった。また、強制ではなく自分自身で計画的に学習を継続したことで、自己管理に基づく学習習慣の確立に役立てることが出来たのではないだろうか。Fukuda（2021）が指摘するように、たとえ学習者が思ったほど順調に学習を進められなかったとしても、自主学習は自律していない学習者にとって、自らを客観的に見る良い機会になったと考えられる。

9. まとめ

今回の調査により、長期休暇中に大学生がどのように自主学習を進めているかについて示唆を得ることができた。なかでも、休暇序盤での自主学習の習慣づけが重要で、休暇中盤までにペースを落とすと最後までそのペースが戻らないことが明らかになった。注目すべきはポジティブに学習を継続することができた参加者たちが、夏季講習やアルバイトを行っていたかどうかである。最後まで学習を続けた参加者も夏季講習やアルバイトを行っていたとすれば、彼らの学習時間確保の仕方やモチベーション維持の秘訣を探る必要がある。Fukuda（2021）の研究によると、自律した英語学習を続けるためには「なぜ自分が今これをしているのか」という問いに対して、学習価値と自分自身に対しての強い信念を持っていることが不可欠であるという。さらに、内発的或いは外発的モチベーションによっても、第2言語の習得には差があることがDörnyei（2005）によって指摘されている。今後の研究ではモチベーションを持って継続して学習に取り組んだ学生たちの工夫や生活習慣、そして彼らの特性や目標などを深く探っていく必要がある。また、英語を苦手とする大学生に、長期休暇を利用して学力アップを図れるような体制の確立も目指していきたい。

参考文献

- 江村健介・高橋英也,2022.「日本人大学生の長期休暇中の英語力の変化について ―学習管理が及ぼす影響―」『岩手県立大学高等教育推進センター』第16号, 71-80.
- エリック・ヴィエル,2014.「ゲーム技術を利用したオンライン自習プログラムによる学習者のモチベーションの活性化」『東京藝術大学音楽学部紀要』第40号, 1-9.
- 川崎晃一・實藤美帆・原巖・奥村浩正・安河内春彦・村谷博美・中野賢治・野口副武・舟橋明男・古田福雄・鷺尾昌一,2004.「大学生の健康度・生活習慣に関する研究―第4報：新入生の入学時と夏休み終了後の比較―」『九州産業大学健康・スポーツ科学研究』第6号, 1-7.
- 小泉昌幸・伊藤巨志・渋谷崇行・松下高信,2013.「大学生のスポーツ活動に関する価値意識の検討 ―夏休み中のスポーツ活動との関連から―」『尚美学園大学総合政策論集』第16号, 1-10.
- 高橋有加,2020.「小テストを用いたオンライン英語学習促進の実践」『広島大学外国語教育研究センター広島外国語教育研究』第23号, 31-44.
- 日置慎治,2017.「教育分野に活用できるPSEの開発 ～学習者モチベーション維持のために～」『日本計算工学会論文集』第1号, 20171002.
- 渡辺智恵,2009.「CALL利用英語集中訓練プログラムの正規英語科目への応用（Ⅳ）―学習効果と学習時間・学習量の関係および前・後期連続受講における後期の伸びに注目して―」『広島国際研究』第15巻, 75-88.
- Dörnyei, Z. 2005. *The psychology of the language learner individual differences in second language acquisition*. Mahwah, New Jersey.
- Edward, C. & McGuire, R. 2012. Web-based self-study to increase English vocabulary. *Departmental Bulletin Paper*. Hokkaido Musashi Women's Junior College. 83-120.
- Fukuda, A. 2021. Exploring learner beliefs in self-

regulated learning: A case investigation of an English self-study. *JACET International Convention Selected Papers 1*(0), 91-120.

Huang, C. J., Tsai, F.T. & Chen, H.C. 2017. A study on the app assisted English vocabulary learning. Lam, Meen & Prior (Eds). *Ieee International Conference on Information, Communication and Engineering*.

Lai, C., Jong, B., Hsia, Y. & Lin, T. 2020. Integrating flash cards with narratives for mobile learning of English vocabulary. *iJIM*, 13(4). 4-16.

Orihashi, Y. & Makita, Y. 2022. Online English self-study by university students: A study on motivation and its effectiveness during a long vacation. *CASELE Journal*, 52. 1-12.

Vasiljevic, Z. 2020. Free online resources for vocabulary learning. *Bulletin of The Bunkyo University Graduate School of Language and Culture*. 6, 29-70.

Cultivating Self-study Habit During Long Vacations —Approaches to Maintaining University Students' Motivation—

Yukifumi MAKITA, Yoshiko ORIHASHI

Abstract

In this study, we implemented an online self-study session for university students to improve their English vocabulary during the summer vacation. We explored the participants' self-expectations, motivation, and effectiveness of the session. The results show that most participants expected to study almost every day until the end of the vacation, and most of them did not realize it. However, almost all the participants who took the post-vacation vocabulary test improved their score, which proves that self-study during the vacation helped them develop their vocabulary. According to the questionnaires, the keys to successful self-study were 'time', 'online' and 'support.' For the future study, we should focus more to keep their motivation for the longer period, as many of them regretted the slowdown of their pace in the latter part of the vacation, and they were not able to pick up their pace again.

Keywords : English study, Self-study, Long Vacations, Motivation

DOI : 10.15096 / UrbanManagement.1606