僕の英語学習全履歴

TOEIC満点・英検1級を
取得するために取り組んできたことの全て

藤山（ふーじー）

Copyright© Daiki Fujiyama. All Rights Reserved.

＜目次＞

(クリックしたら該当ページに飛びます。)

【はじめに】 2

【小学生〜中学生時代の英語学習】 4

【高校生時代の英語学習】 7

【大学生時代の英語学習】 15

【社会人になってからの英語学習】 25

【TOEIC満点以降の英語学習】 35

【おわりに】 38

【はじめに】

こんにちは、藤山(ふーじー)です。

メルマガ読者さま限定のプレゼントレポートを完成させることができました。

覚えておられる方もいらっしゃるかもしれませんが、数ヶ月前にメルマガでアンケートを実施しました。

「どんなプレゼントが欲しいですか？」

というアンケートです。

お送りいただいたご回答の中で最も多かったのは、**「学習履歴」**についてのリクエストでした。

つまり、僕自身が現在の英語力に達するまでに、どんな教材・テキストを使い、どんな学習法に取り組んできたのか。

そういう網羅的な情報を知りたいというリクエストです。

ふーじーさんが、TOEICや英語を勉強していて、役に立った教材や勉強方法を紹介されるのはどうですか？他の方は、twitter等で、教材の紹介などよくされておられますが、ふーじーさんはブログなどでもあまりお見受けしないので・・・。

ふーじーさんの今までの英語学習履歴を書いていってもいいのではないでしょうか。「990点ホルダーに一番聞きたいこと」って、「今までどうやって勉強してきたのか？」だと思うんですよね。

ふーじーさんが今の英語力を身につけてこられた過程を細かく教えていただきたいです。小さいころから英語に触れていたのかどうかなど、そういった部分を教えていただけたら幸いです。

こうしたリクエストを一番多く頂きました。

ということで、プレゼントレポートはこのテーマにしました。

タイトルもズバリそのまま**「僕の英語学習全履歴」**です(笑)

※内容がずいぶん昔のことなので「1日○分かけて、音読を○回やりました」などの細かい部分までは書けていないことをご了承ください。ただ、「何をやったか？」「どんなテキストを使ったか？」などはバッチリ覚えていますので、それらは参考にしていただけるはずです。

興味がない方もおられると思いますが、役に立つ部分もあると思うので、ぜひ最後まで目を通していただけたらうれしいです。(レポートの最後に特別なお知らせも書いてあります。)

というわけで、早速内容に入ってまいりましょう。

話は、今から約20年前に遡ります。

【小学生〜中学生時代の英語学習】

僕は普通に日本人の両親のもとに日本で生まれました。

しかも日本一の田舎県、鳥取です。

正直なところ、中学生になり、学校で英語の授業が始まるまでは、ほとんど英語に触れた記憶がありません。

父親がバーを経営していたため、3ヶ月に1回くらい店に遊びにいったときに、店内にかかっていた「スティーヴィー・ワンダー」や「マービン・ゲイ」などの英語の曲が耳に入ってきていた程度です。

その経験があったからこそ英語力が身についたと言われたら、否定のしようがありませんが、まぁ、いくら子どもでも3ヶ月に1回、英語を30分程度耳に入れるくらいでは、さすがに英語力は身につかないと思います。

なので、僕の英語学習のスタートは、ほとんどの方と同じように「中学生から」だったと認識しています。

ただ、中学生になって英語の授業が始まったあとも、僕の頭の中を占拠していたのは「英語」ではなく「テレビゲーム」でした。

テレビゲームのための時間を犠牲にせずに「宿題(もちろん英語以外の教科の宿題もありましたが、ここでは英語だけに特化してお話ししていきます)」をいかに効率的に終わらせるか、ということばかり考えていました。

英語の宿題は一般的なものでした。

単語を覚えたり、教科書を音読したり、付属のドリルの問題を解いたり、そんな感じです。

ただ、もしかすると僕は「宿題への向き合い方」がちょっと普通とは異なっていたのかもしれません。

「鬼のように集中して宿題をこなしていた」

そういう姿勢で宿題を取り組んでいたのです。

前述の通り、僕はとにかくテレビゲームに時間を捻出したかったので、可能な限り迅速に宿題を終わらせる「必要性」がありました。

「何かを身につけるには「必要性」が求められる」

とよく言われますが、当時のことを思い返すと、本当にその通りだと思います。

僕には**「宿題を迅速に終わらせなければならない」**という非常に強い**「必要性」**がありました。

そういう「必要性」は、自分の集中力を強制的に高めてくれます。それにより頭の回転が上がり、記憶の定着率が増加します。

「これを覚えないとテレビゲームができない→じゃあ必死に覚えよう」

こういう単純な公式に則って、僕は宿題の中でも最もハードルが高かった「単語暗記」をどんどん進めていくことができました。

そうしたら、授業がとにかく簡単に感じるようになりました。

当時は、特に英語が好きだったわけではありませんでしたが、「他の教科よりはかなりラク」という認識があったのは確かです。もしかするとこのときに、

「単語を覚えると英語がラクになる」

という刷り込みが僕の中に出来上がったのかもしれません。

この考え方は、間違いなく今につながっています。

以上のように、僕が中学生のときにやっていた英語学習は、

「学校で出される宿題を、高い集中状態でこなしていた。」

ということだけでした。

当時の僕にとって最も大切なものは、テレビゲームだったのです。

【高校生時代の英語学習】

家庭内での複雑な事情により、僕は県外の高校に進学し、寮生活で高校3年間を送ることになりました。

寮はもちろん友達との共同生活ですので、よほどの強いメンタルがないと「周りの空気を読まずにひとりで勉強する」のは不可能でした。

残念ながら、僕はそういうメンタルを持ち合わせていなかったため、高校1年生のときは英語どころか勉強そのものが全くできませんでした。

しかし・・・。

高校2年生のときに、僕の英語学習人生は大激変します。

この話はブログでも書いていますが「帰国子女のMさん」と出会ったのです。(席替えでたまたま隣の席になった。)

彼女はシンガポールからの帰国子女でした。

彼女の雰囲気は周りの女子とは全く異なっており、「これが帰国子女のオーラか！」と訳のわからないことを頭の中で考えていました。

Mさんとは色々な話をしましたが、やはりその多くは「英語」についてでした。

Mさんは完全にネイティブ発音で、それがとてもカッコよかったので、僕は「どうやって勉強したらそうなれるのか？」とか「そもそも海外に行かずにそんなに上手になれるのか？」とかそういったことを根掘り葉掘り聞きました。

そうしたら「ちゃんと勉強したら大丈夫」とMさんが言ってくれた(※全く根拠はなかったと思います)ので、俄然やる気が出てきたことを覚えています。

「よし！英語を身につけよう！」

と僕は決意しました。

そのときに、本当の意味での僕の英語学習が始まったのです。

Mさんの教えの中で最も衝撃的だったのは、

「発音から学習を始めるべし！」

ということでした。

当時の僕は「単語＞文法＞発音」という優先順位で英語学習を考えていたので、「発音」がいきなりトップに躍り出たことに驚きを隠せませんでした。

とは言え、それに反論する理由もなかったので、僕は早速「発音」を勉強することに決めました。

そのときにまず取り組んだのが「リサーチ」でした。

何事も、やみくもに始めては効果を最大化できません。

「まず最初にリサーチをして、適切な学習計画を立てる」

これが大切です。

僕が住んでいた寮は「携帯電話禁止」という謎のルールがあったので、食堂に設置してあった共用パソコンを使ってリサーチをしたことを覚えています。

色々調べていく中で感じたのは、**「あんまり発音を重要視している人っていないんだなぁ」**ということでした。

Mさんは自信満々に「まず発音！」と言っていましたが、ネットを調べるとそうでもない。

これはお宝を掘り当てたか、または思いっきりハズレくじを引いたかどちらかだなと思いました。

まぁそれでもMさんを信じてリサーチを続けた結果、「シャドーイング」や「オーバーラッピング」などの学習法を初めて知ることができ、さらに良さそうな「発音本」もピックアップすることができました。

翌日、早速その本を買いに出かけました。

そして手に入れたのが、「UDA式」です。

UDA式30音練習帳

その日の夜、僕は「俺、勉強するから」と寮の友人に言い放ち、部屋にこもってUDA式を開始しました。

「英語ができるようになりたい」という情熱が、

「周りの空気を読まずにひとりで勉強する」

という強いメンタルを僕に与えてくれたのです。

周りに流されていたら、自分が本当に欲しいものを手に入れることはできません。

何かを達成するときに大切なのは**「そのときだけは自己中になる」**ということだと僕は考えています。

僕は「UDA式」で解説されている「音」を1つずつ練習していきました。

「k」や「s」など、日本語にも同じような音がある場合は、30分くらいかけて「クッ、クッ、クッ、クッ、クッ」とか「スッ、スッ、スッ、スッ、スッ」とか発音し続けていたらできるようになりました。

しかし、「th」や「ir」などは別格で、全くできるようになりませんでした。

夜に寮で練習して、次の日に学校で、その発音をMさんに披露する。

そしてMさんからフィードバックを受ける。

毎日がこのくりかえしでした。

しかし、それでもなかなか「th」や「ir」は発音できるようになりませんでした・・・。

何度も何度もMさんに発音のフィードバックを受けました。

途中、「自分には無理なんじゃないか」という気持ちになったときもありましたが、

「あきらめずにやり続けたらできるようになる」

これは間違いなかったです。

ある日突然できるようになりました。

Mさんに「そう！その感覚を覚えておいて！」と言われたときはとてもうれしかったです。

それと同時に、

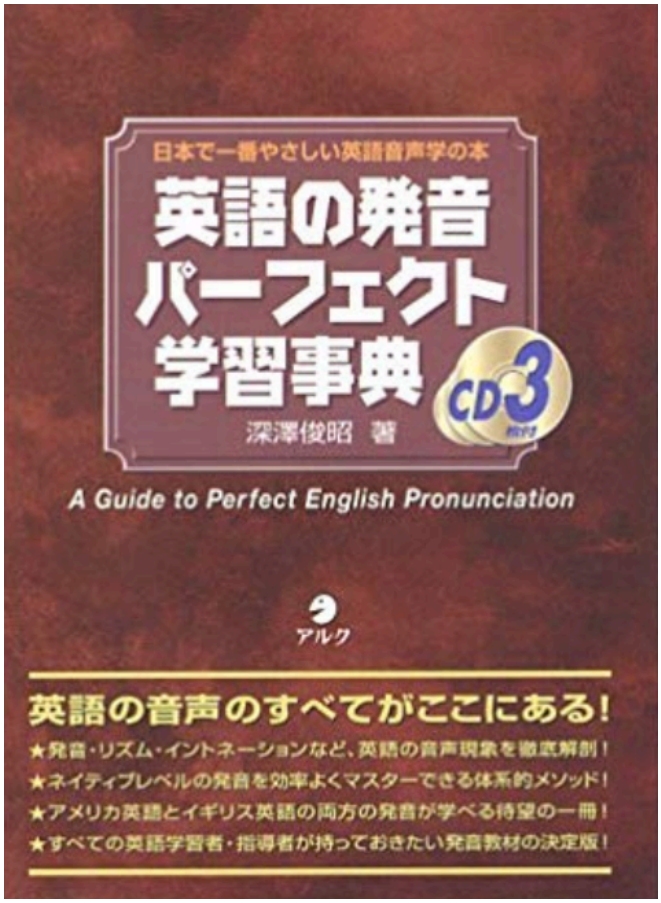
「できる人からフィードバックをリアルタイムで受ける」

ことにより、学習が非常に効率的になることを学びました。

その後も「UDA式」を使って学習を進めつつ、ちょっと欲が出てUDA式の関連DVDも購入して発音学習をレベルを高め、結局2ヶ月くらいかけてUDA式を仕上げました。

その後、さらに発音を磨こうと考えた僕は、次の本を手に取りました。

ネットにオススメ本として紹介されていた「英語の発音パーフェクト学習事典」という本です。



英語の発音パーフェクト学習事典

ただ、結論から言うと、この本は僕にはあまりフィットしませんでした。(解説されている内容が僕にとっては細かすぎました。)

ですが、この本で初めて知った「マザーグース(＝英米を中心に親しまれている童謡)」との出会いは大きな収穫でした。

本に中に掲載されていた「ジャックのたてた家」という歌にハマり、この曲だけはひたすら歌い込んだ記憶があります。

※歌詞をここに引用すると長くなってしまうので、マザーグースについて書かれているサイトへのリンクを貼っておきます。

Mother Goose Nursery Rhymes

もしかすると、この歌を完璧に覚えるくらい歌い続けたことによって「英文の構造」つまり「文法」への理解が深まったのかもしれません・・・。

「名詞のあとにこうやって『that』を置いたら、スムーズに補足説明ができるんだな。」というような感覚的な気づきが得られました。

・・・ただ、そのあとが続きませんでした。

クラスで席替えがあってMさんと離れたことや、部活や寮での活動が忙しくなってしまったことが原因で、英語と距離ができてしまったのです。

いったん離れた英語との距離は、高校3年生になっても一向に縮まることはなく、あっという間に高校生活の終わりを迎えることになってしまいました。

僕は内部進学で大学に進学したため、受験勉強というものに取り組んだことがありません。

したがって、僕が高校時代に取り組んだ英語学習は、

「UDA式を仕上げ、『ジャックのたてた家』を暗記するまで歌った」

ということに尽きるわけです。

そして、僕は大学生になりました。

【大学生時代の英語学習】

大学は法学部に入りました。

友人からの誘いを断れなかった僕は、司法試験の合格を目指すクラスに入ることになりました。

1年間はその勉強ばかりで、全く英語に触れる時間がありませんでした。

挙げ句の果てには「法律の勉強は自分には向いていない」と判断し、そのクラスをドロップアウトしました。

そのときに次のことを学びました。

「あきらめずに続けるのも大切だけど、自分に向いていないと感じるものや、やっていて苦しいものは、もう完全にスパッと辞めてしまったほうがいい」

何かを身につけようとしたとき、それに対して多少なりとも**「楽しさ」**を感じることができなければ、必ずどこかで限界がきてしまいます。

「自分のやりたいことをやる」

これが何よりも大切だと思います。

本当に大切だと思います。

このような感じで右往左往しながら、僕は大学2年生になりました。

何の強みも持っていない自分に、強い焦りを感じていたことを覚えています。

そんなタイミングで学内で開催された「就活セミナー」。

「もう来年就活かよ〜」と思いながら、僕は渋々参加しました。

そのときに講師の先生が言った次の言葉が今も記憶に残っています。

「TOEICで高いスコアを取っておいたら、就活で非常に有利になる！」

久しぶりに聞いた「TOEIC」という言葉でした。

実は、高校時代にMさんから「TOEICは勉強しやすいと思うよ」と言われたことがあったのです。

「これも何かの縁だろう」と感じ、TOEICを勉強することに決めました。

ちょうどそのタイミングで学内でIPテストが開催されたので受験してみました。(全然わからず塗り絵しまくりでした。)

結果は「550点」

これが僕のTOEICのスタート地点です。

この結果を踏まえ、本格的にTOEIC学習をスタートしました。

例のごとく、僕が最初に取り組んだのは「リサーチ」です。

ネットを使って「TOEICの勉強法」を調べました。

ここで少し余談ですが、

リサーチをするときは「調べすぎ」にならないように注意してください。

ネット上では、色々な人が色々な学習法をオススメしています。

基本的にそれらは**「その人がうまくいった方法」**です。

なので、調べれば調べるほど、色々な人のサイトを見れば見るほど、非常に多くの学習法が見つかってしまうわけです。

それらの良いところだけを抽出し、上手に組み合わせて、自分だけのオリジナルな学習法に・・・となればそれに越したことはありませんが、大抵の場合はそうはなりません。

残念ながら、**「色々な情報をつまみ食いしただけの薄っぺらい学習法」**になってしまうことがほとんどなのです。

「情報が少ないとダメだが、多すぎるのはもっとダメ。」

僕はこのように考えています。

「良いもの・良い方法」が見つかったら、その時点でリサーチをストップしましょう。

心理学的にも、「ベスト」を求める人よりも「ベター」を求める人のほうが幸福度が高いという結果が出ています。

自分にとって「ベター」な方法が見つかったら、まずはそれを実践してみてください。それでうまくいなかったら、そのときにまた違う方法をリサーチしたらいいわけです。

これがリサーチをする上で大切なことだと僕は考えています。

閑話休題。

リサーチを終えた僕が行き着いた学習法は、次の通りでした。

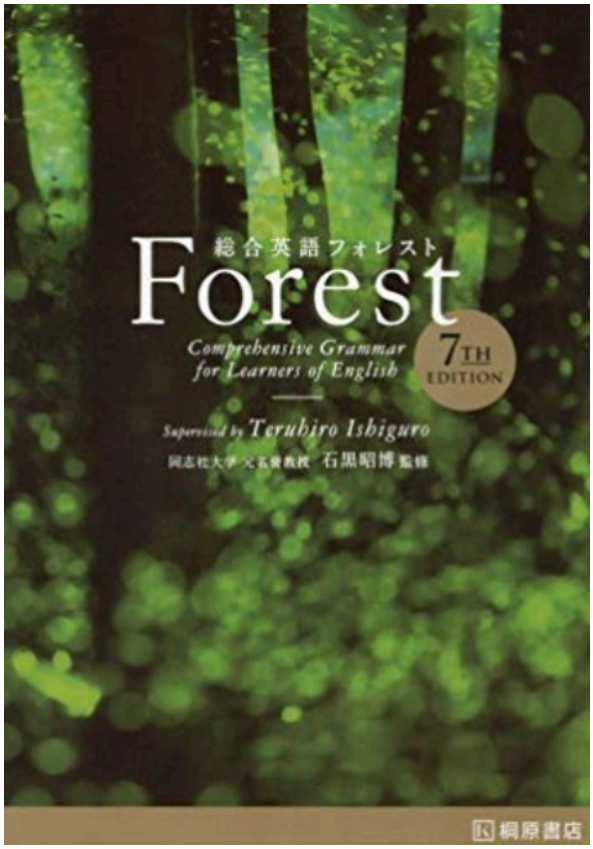
「まずは単語と文法の発音の基礎を固める。そして、あとはひたすら問題を解く。」

こうやって文字にすると当たり前のことに思えますが、当時の僕にはインパクト大でした。

なぜなら、**「この流れで勉強したら間違いなく力がつきそうだ！」**と確かに納得できたからです。(この方法論は今の僕のコーチング理論の核になっています。)

すべきことは、「単語」「文法」の基礎固めだと分かった(＝発音については高校時代に完了していたので省略)ので、僕はそのためのテキストを買いに出かけ、以下の2冊を手に入れました。

TOEFLテスト英単語3800



総合英語FOREST

※なぜTOEFL用の単語帳を買ったのか今でも不思議なのですが、なぜかこの本をおすすめしているサイトが多かったのです。

クセなのかもしれませんが、僕は昔から「バランスよく学習すること」が得意ではありません。

何かをやると決めたら、極端なくらいそれだけにフォーカスします。

このときも、**「まずは単語、そのあと文法」**と何の疑いもなく決めて、学習に取り掛かりました。

単語は1日最低100個、できれば200個とノルマを決めて、まずは単語暗記だけにエネルギーを注ぎ込みました。

当時は生活費のためにバイト3つを掛け持ちしつつ、それに加えて大学の授業があったので、学生とはいえ時間はありませんでした。

ですが、ノルマはノルマと自分に言い聞かせ、ひたすら単語を覚えていきました。

単語は常に**「覚えては忘れ、それを覚え直してはまた忘れ・・・」**のくりかえしですので、スムーズにはいきません。

自分が思う以上にしつこく覚えていかないと、単語はなかなか定着してくれません。そういう前提で単語暗記に取り組むのが大切です。

ちなみに、僕は「単語カード」を使って覚えました。

さらに、単語カードに書き込む情報は、**表に「英単語」、裏に「日本語の意味を1つだけ」**とルールを決めました。

なぜなら、1つの単語の意味を2個も3個も覚えようとしたら、それだけでモチベーションが低下するのが目に見えていたからです。

なので、僕は「１単語１意味」と割り切り、スキマ時間をフル活用しながら、カードをひたすらめくって単語を覚えていきました。

結局、2ヶ月くらいかけて「TOEFLテスト英単語3800」を終わらせました。(かなりしんどかったことを覚えています。)

単語が終わったら、次は文法です。

さっそく「総合英語Forest 」を読み始めたのですが、ちょっと僕にはレベルが高すぎて(・・・というか本が厚すぎて)、このときはすぐに挫折してしまいました。

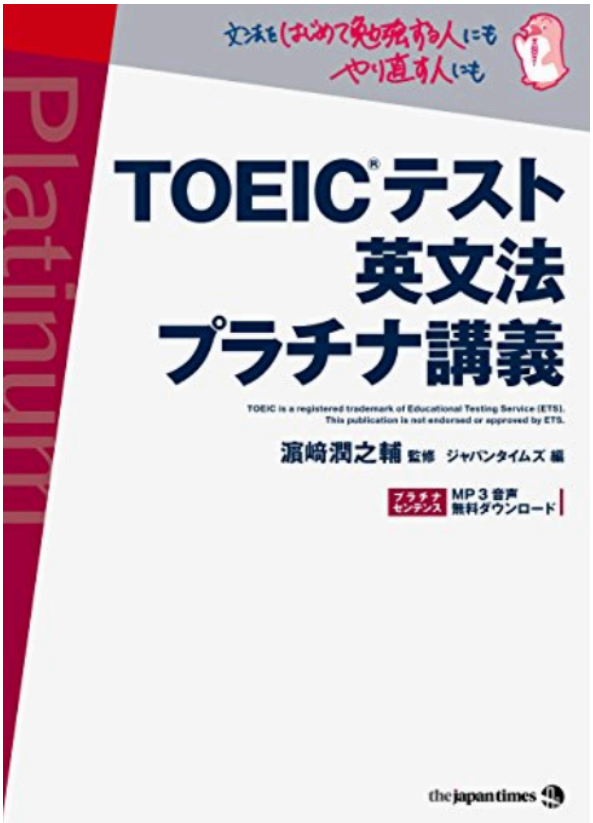
行き詰まった僕は、ある予備校でバイトをしていた友人に「文法の基礎ってどうやって固めたらいいの？」と相談してみました。

そうするとその友人は、その予備校で使われている「初心者向けの文法のテキスト」をこっそり貸してくれたのです。

初心者向けに、非常に丁寧に文法が解説されており、とても勉強しやすかったのを覚えています。

そのテキストはもう手元にないので紹介できませんが、内容的には僕がコーチングで使っている「プラチナ英文法」が近かったと思います。

※「プラチナ英文法」は、初心者が文法を勉強するのにぴったりです。



プラチナ英文法

友人のおかげで、文法も一通り勉強することができました。

この時点で「単語」「文法」「発音」の基礎がひとまず固まりました。

それからは、TOEICの問題を解いていきました。

当時は公式問題集(旧形式)のVol.4までが発売されていたので、Vol.1～Vol.4までの全て揃え、淡々と問題を解きました。(旧形式のテキストなので画像での紹介は割愛します。)

復習も丁寧に行って、間違えたところはノートにまとめ、それを１週間おきくらいに見直して覚えました。

また、覚えたはずの単語もどんどん忘れ始めていたので、あらためて覚え直しました。

公式問題集を解いたあとは、「TOEIC TEST 文法別問題集(旧形式)」を購入し、ひたすら文法問題を解きました。(この本には780問の問題が収録されています。)

さらに、できることはやっておこうと考え「TOEIC Test 『正解』が見える(旧形式)」という本を買って最低限のテクニックも学びました。
(旧形式のTOEICはこうしたテクニック本が役に立ったのです・・・。)

このような学習により、自分でも驚くほどグングンとTOEICのスコアが伸びていきました。

1回受験するごとに100の桁が変わっていったように思います。

550点→600点オーバー→700点オーバー→800点オーバーというイメージで伸びていきました。(半年程度の期間)

800点を超えたあとは、他の資格にも欲が出てきて、英検準1級に挑戦しました。

TOEICとは違い、英検は「解くスピード」は求められないため、出題される問題の意味さえ理解できたら、合格ラインに乗ります。

したがって、英検合格のために取り組むべき学習はシンプルです。

「単語を覚える→過去問を解く」

これだけでOKです。

当時の僕もこの通りに学習しました。

「パス単」を覚え、「過去問」を解くという方法を愚直に続けました。

英検準1級 でる順パス単

英検準1級 過去6回全問題集

その結果、無事に1回の挑戦で合格することができました。(2次試験の面接は、勢いで強引に押し切った感じでしたが、なぜか合格でした。)

その後はまたTOEICに戻ったのですが、準1級の学習が効いたのか、さらにスコアが上がり、結局「880点」まで取得することができました。

それからは就活やゼミなどで忙しくなり、TOEICから離れることになりました。

正直なところ、僕の中には「TOEICで880点取ったし、もう英語は十分だろう」という思いがありました。

そのまま、大学卒業となりました。

【社会人になってからの英語学習】

それから3年後・・・。

起業に失敗して借金を抱え、結婚を考えていた彼女には別れを告げられ、もう散々な状況に僕は陥っていました。

その時期に僕が考えていたのは**「自分の強みが欲しい」**ということだけでした。

「自分の強みを作らないと、この苦しい状況から抜け出すことはできない」と感じていました。

・どの分野だったら自分は突き抜けることができるのか？
・結局のところ、自分の適性はどこにあるのか？
・世の中を見渡したときに、狙い目の市場はどこなのか？

これら観点を踏まえて、考えていった結果、結論としてたどり着いたのが英語(TOEIC)だったわけです。

「やっぱり自分は英語(TOEIC)なのね。」

と妙に納得したことを覚えています。

もうこれしかないし、これでいいやという感じでTOEICの勉強を再開しました。

「あれもいいな、これもいいな」と考えている段階では、人は何かにコミットすることはできないと思います。

ですが、「これしかない」と腹が決まってしまえば、コミットせざるを得なくなります。

「『自分にはこれしかない』と決める」

これは、人生を良くしていくための最強のマインドセットだと個人的には思います。

そんなわけで、僕はTOEIC学習を再スタートすることにしました。

そのときは正直なところ、「880点を取っているし、ちょっと勉強すれば余裕で900点に到達できるだろう」と思っていました。

しかし、これが甘かった。

ちょこちょこと問題を解きつつ臨んだ久しぶりのTOEIC。

880点だったスコアは劇的に下がり、810点という結果でした。

そのあとも、数ヶ月間は800点台を右往左往することになりました。

ここでやっと気づきました。

「本気でやらないと結果が出ない」

これが僕のターニングポイントだったと思います。

やると決めたら、まずすべきことは「リサーチ」です。

ネットでTOEICの学習法について調べました。

その過程で、色々と参考になる情報が手に入ったのですが、その中でも特に印象的だったのが、どこかのサイトに書いてあった、

「基礎はできているようでできていないから要注意」

という言葉でした。(正確には覚えていません。)

「なるほど・・・確かにそうかもしれない・・・」と直感的に思った僕は、再び基礎固めに取り組むことにしました。

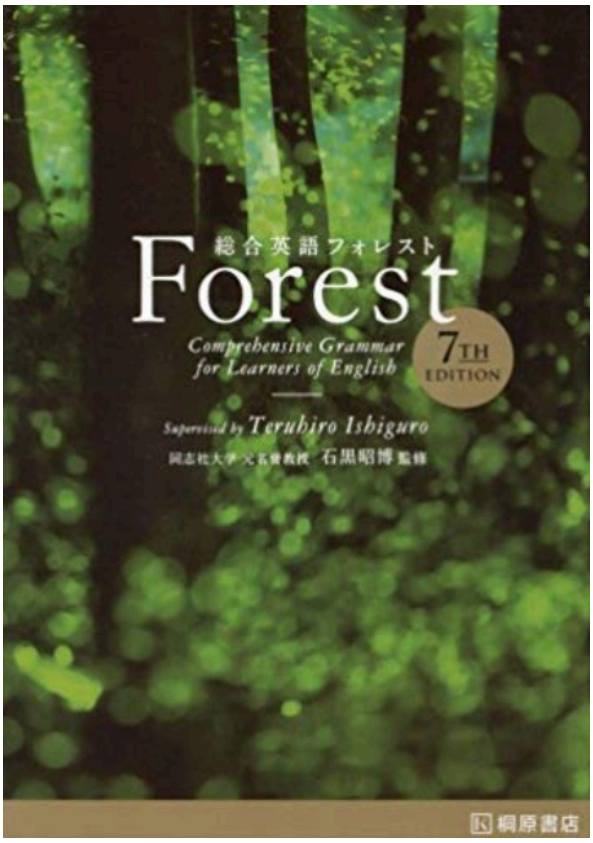
リスニングセクションは比較的高いスコアが取れていたため「発音」はOKとみなし、「単語と文法」に絞って基礎固めに取り組みました。

ピックアップしたテキストは、以下の4冊です。(大学時代に挫折した「Forest」がここで再登場。)

データベース1700

データベース3000

データベース 4500



総合英語FOREST

2ヶ月くらいかけてデータベースの3冊を覚えきり、その合間の時間を使って「Forest」を読み進めました。(このときは「Forest」の内容を理解できるようになっていました。)

ちなみに、単語に関してですが、今の僕だったらアルク社の**「キクタンシリーズ」**を選ぶと思います。ただ、当時の僕はなぜか「TOEICに特化した単語帳を使う」という発想に乏しく、値段の安かったデータベースシリーズを使いました。

そのせいでTOEICに絶対出てこないような単語も覚えるはめになりましたが、まぁそれは結果オーライということにしておきます。

話を戻します。

再び基礎を固め、満を持して受験した2014年11月のTOEIC。

ここで僕はようやく900点を超えることができました。

つまり、「基礎固め」をやり直したのは、大正解だったのです。

「どこまでいっても大切なのは、基礎」

心からそう思えた出来事でした。

その後は、満点を目指して「多解き」に取り組みました。

参考までに、ブログに「10000問ノック」というトレーニング法についての記事をアップしています。

TOEIC満点(990点)へのカギとなる勉強法【10000問ノック】

※僕の感覚では、「10000問ノック」によって到達できるのは960点くらいが限界で、その先を目指すとなるとさらに多くの問題を解きながら、細かい課題を1つずつ潰していく必要があると思います。

当時は、毎日狂ったように問題を解き続けていました。(市販されているTOEIC模試は、ほぼコンプリートしたと思います。)

でも、なかなか満点は取れませんでした。

2015年5月のTOEICで980点に到達したとき、今思うと恥ずかしいのですが、「次回は満点いけそうだ！」とリアルに思っていました。

しかし、実際に満点が取れたのは、それから8ヶ月後の2016年1月でした。

この事実から次のことが分かります。

「自分の感覚は当てにならない」

「なんだかいけそうな気がする！」と思ってから、実際に結果が出るのには、タイムラグがあるのが普通です。

自分に期待をかけすぎると、その通りにならなかったときのダメージが大きくなってしまいます。

自分に期待しすぎずに、すべきことを毎日淡々とこなしていく。

そうしたほうが精神衛生上ベターです。

むしろそうしたほうが本番でリラックスできて、目標達成が早まったりするものです。

ただ、当時の僕はそんなことは考えられなかったので、「自分に期待をかける→裏切られる」というパターンを何度もくりかえしていました。

正直とても苦しかったですが、それでもあきらめずに継続できたのは、先ほど紹介させていただいた、

「『自分にはこれしかない』と決める」

というマインドセットのおかげだったと思います。

ここであきらめたら、自分には何も残らない。

そのプレッシャーが、僕のモチベーションをキープしてくれたのだと思います。

問題を解く→復習する(＝間違えた理由を細かく分析する)→模試に出てきた「自分の知らない単語」を1つ1つピックアップして覚えていく。
このサイクルをひたすらくりかえしました。

その過程で「自分は英文の構造解釈に弱点がある」と気づきました。

そこで手に取ったのが「英語リーディング教本」です。

基本からわかる英語リーディング教本

受験英語を経験していない僕にとって、この本に書かれている「品詞分解して、文の構造を正確に認識していく」というアプローチはとても新鮮でした。

非常に難しい本ではありましたが、なんとか最後まで理解しながら読み通しました。(以下、ブログ記事で感想を書いています。)

英語リーディング教本(薬袋善郎)の感想＆レビュー

それ以来、TOEICのリーディングセクションが明らかに楽になった印象があります。

※ただ、この本は人を選ぶと思うので、購入をお考えの際は、まずは書店で立ち読みして、内容が自分にフィットするか確認してから判断してください。

その後は、またTOEICの問題の「多解き」を再開しました。

モチベーションが下がったときは、「将来のビジョン」を手書きで書いてみたり、「TOEIC満点のスコアシートを眺めている自分」を想像してみたりして気分を高めました。

そしてついに、2016年1月に満点を取得することができました。

ただ、よろこびも、つかの間。

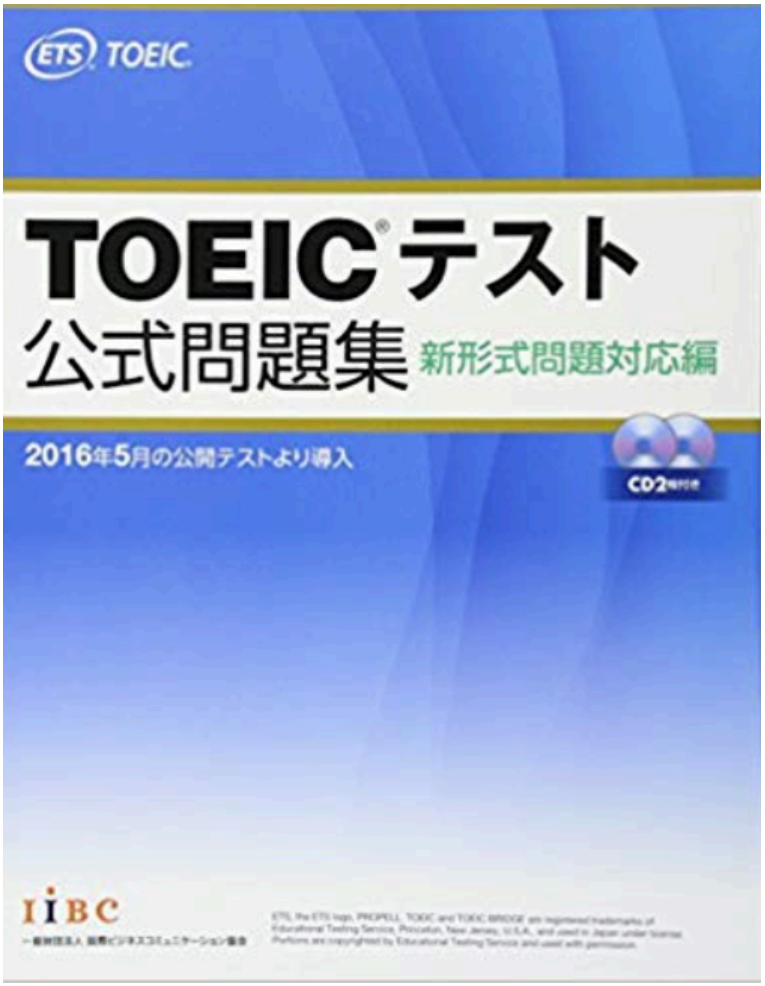
すでにこのタイミングで「TOEICの問題形式の変更」がアナウンスされていたので、ここで足を止めるわけにはいきませんでした。

「新形式でも満点を取る」

これが次の目標になりました。

とは言え、やることが特に変わったわけではありません。

ちょうど良いタイミングで「TOEICテスト公式問題集 新形式問題対応編」が発売されたので、さっそく購入し、新形式の問題に慣れていきました。



TOEICテスト公式問題集 新形式問題対応編

新形式になって初めてのTOEICは975点でしたが、その次の回で無事に満点を取得することができました。

このタイミングで僕の中では「学習者としてのTOEIC」は一区切りとなり、この先は「コーチとしてのTOEIC」に切り替えてTOEICと向き合っていこうと決めました。

また、「TOEICだけだとコーチとしては不十分だから、英検1級も取ろう」と決めたのもこのタイミングです。(英検1級の学習法についてブログ記事で解説していますので、もしよければご覧ください。)

英検1級に独学で合格するための勉強法

【TOEIC満点以降の英語学習】

TOEICで満点を取得してからの英語学習は、

・オンライン英会話でフリートーク
・洋書(ビジネス書がメイン)の多読
・移動中にシャドーイング

これら3本柱で続けています。

シャドーイングの音源については、自分に合うものであれば、

「海外のニュース」
「自分の好きなYouTube動画の音声を抽出したもの」
「自分が尊敬する人のスピーチ」

などなど、なんでもOKだと僕は考えています。

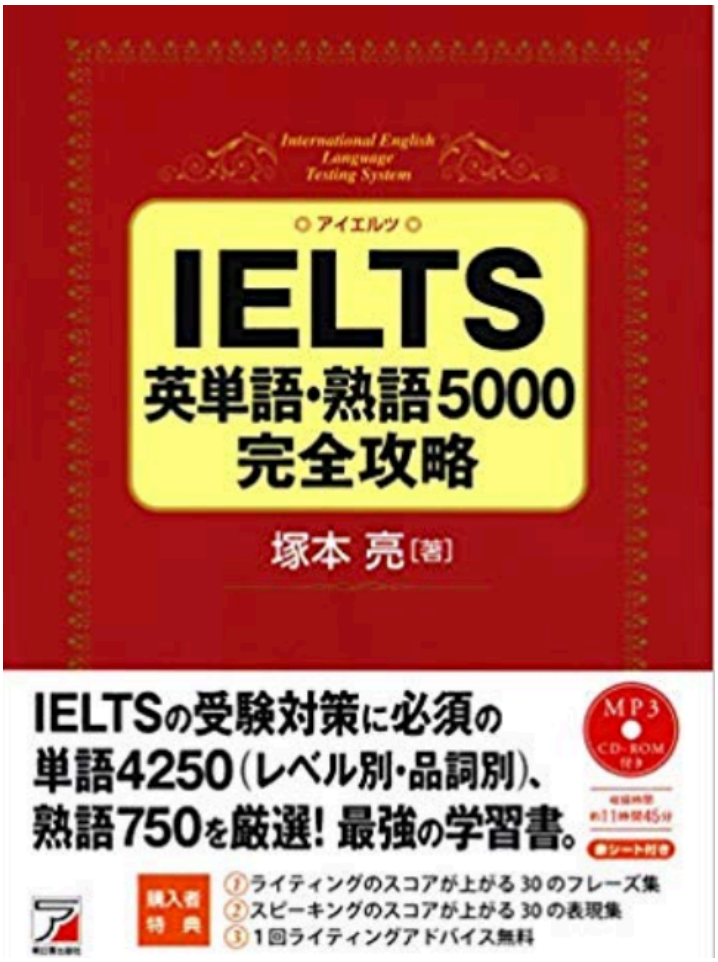
自分が楽しめる音源でトレーニングしないと、おそらく途中で挫折してしまいます。

「英語は楽しく勉強するのがイチバン」

なのは間違いありません。

次の目標は2021年〜2022年にかけて留学をすることです。

そのために求められるのが「IELTS」のスコアなので、先ほどの3本柱は一時的に保留にして、今は「IELTS」の学習に取り組んでいます。(以下の本を使って「単語暗記」に励んでいます。)



[IELTS英単語・熟語5000完全攻略]

知らない単語・忘れている単語が想像以上に多く、なんとも言えない気分になっている今日この頃ですが、それも当たり前と考えてコツコツと覚えていっています。

単語が仕上がったら、模試を解いていく予定です。

その中で、今は気づいていない課題を発見し、それを1つずつ潰していきたいと思います。

お気づきかもしれませんが、僕はいつもこのパターンで英語を勉強しています。

STEP1：基礎を固める(特に単語)。

↓

STEP2：模試や過去問を解いて弱点をあぶりだす。

↓

STEP3：それを潰していく。

僕の今までの英語学習は、このパターンをひたすらくりかえしてきただけだと言っても過言ではありません。

ただ、ここだけの話ですが、「ブレた」ことは何回もあります(苦笑)

聞き流すだけで英語が身につくという宣伝文句を信じて「セットで5万円くらい」の教材を3つくらい買ったことがあります。(その教材のイニシャルだけ書くと「ID」「GT」「SE」です。最初の2つは同じ会社が販売している商品です。)

でもやっぱり、楽して英語を身につけることはできませんでした。

「横着をせずに、当たり前のことを当たり前にこなす」

これが英語学習の真実なのだと確信しています。

この真実に気づくために、僕は長い間英語を勉強してきたのかもしれません。

【おわりに】

内容はいかがでしたでしょうか？

自分のこれまでの英語学習プロセスを、ここまで細かくふり返ったことはなかったので、自分としても非常に学びが大きかったです。

また、レポート全体を通して、僕の英語学習、ひいては人生全体を貫くマインドセットを「赤い太文字」で散りばめたことにお気づきいただけたでしょうか？(以下にピックアップしておきます。)

「何かを身につけるには「必要性」が求められる」

「単語を覚えると英語がラクになる」

「発音から学習を始めるべし！」

「まず最初にリサーチをして、適切な学習計画を立てる」

「周りの空気を読まずにひとりで勉強する」

「あきらめずにやり続けたらできるようになる」

「できる人からフィードバックをリアルタイムで受ける」

「あきらめずに続けるのも大切だけど、自分に向いていないと感じるものや、やっていて苦しいものは、もう完全にスパッと辞めてしまったほうがいい」

「自分のやりたいことをやる」

「情報が少ないとダメだが、多すぎるのはもっとダメ。」

「『自分にはこれしかない』と決める」

「本気でやらないと結果が出ない」

「基礎はできているようでできていないから要注意」

「どこまでいっても大切なのは、基礎」

「自分の感覚は当てにならない」

「英語は楽しく勉強するのがイチバン」

「横着をせずに、当たり前のことを当たり前にこなす」

英語学習に限らず、「何らかの目標を設定し、それを達成していく」というプロセスにおいて重要なのは、「何をやるか」ではなく「どう考えるか(＝マインドセット)」だと僕は思っています。

良さそうなものがあれば、ぜひ取り入れて頂き、あなた自身の目標達成のために使ってください。

ではでは、レポートはこれで以上になります。

またいつの日か、「あなたの英語学習履歴」をお聞きできる日を楽しみにしております。

藤山