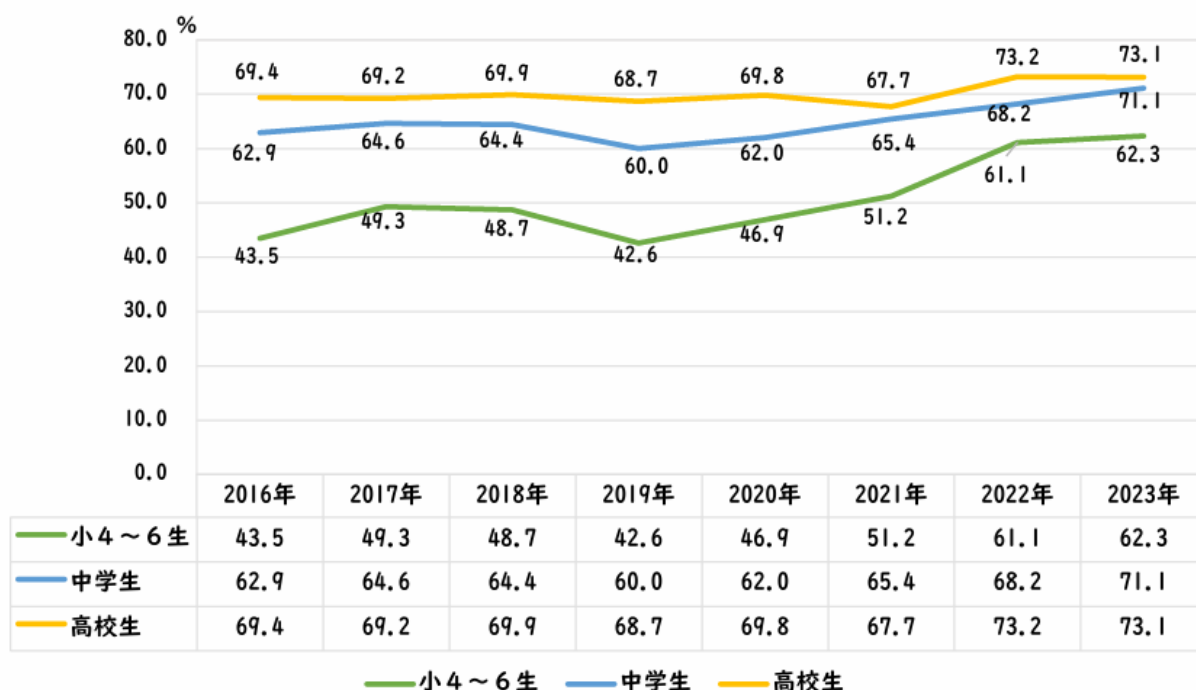


1-1 はじめに ～上手な学び方が分からない中高生が増えている～

一生懸命に頑張っているのに、今一つ成果が出ない。成果が出ないからだんだんと頑張ろうという気がなくなってくる。頑張らなくなるからますます成果も出なくなる。このような悪循環に陥っている中学生・高校生はいませんか？

ベネッセの調査によると、「上手な勉強の仕方が分からない」と悩んでいる小中学生・高校生は増加傾向にあり、小4～6生の約6割、中高生の約7割が勉強の仕方に悩んでいると回答しています。

勉強の仕方が分からないと回答している小中学生・高校生の割合



（出典：ベネッセ教育総合研究所「子どもの生活と学びに関する親子調査」（2023）をもとに作成）

そして、「勉強しようという気持ちがわからない」と回答している小学生が約5割、中高生が約6割もいます。

このような悪循環から抜け出すためには、今の勉強方法を変えていく必要があります。

このコーナーでは、脳科学や認知心理学の視点から、皆さんの貴重な時間を効率的かつ効果的に活用できる学び方について紹介していきます。

自分にあった学び方が一つでも多く見つかり、学びのサイクルが好転し、より良い成果へとつながることを願っています。