

2017年8月9日
株式会社オールアバウト
RIZAP株式会社

＜TOEIC®の学習に関する実態調査＞
**TOEIC®受験、途中であきらめてしまった
「燃え尽き症候群」経験者は約半数！**

「継続的な学習が必要」と理解しつつ、毎日学習する習慣がない人が約6割

首都圏を中心に英会話教室「RIZAP ENGLISH」を展開する RIZAP 株式会社（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：瀬戸 健）と、総合情報サイト「All About」を運営する株式会社オールアバウト（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：江幡 哲也）は、TOEIC®受験を試みたものの、目標を達成することなく挫折してしまった「燃え尽き症候群」経験者 1,200 名に対し、当時の学習の仕方などに関する調査を共同で行いました。さらに本調査では、専門の知識や経験を持った All About の専門家（＝ガイド）が、「燃え尽き症候群」にならないための学習の仕方について解説いたします。

調査結果のポイント

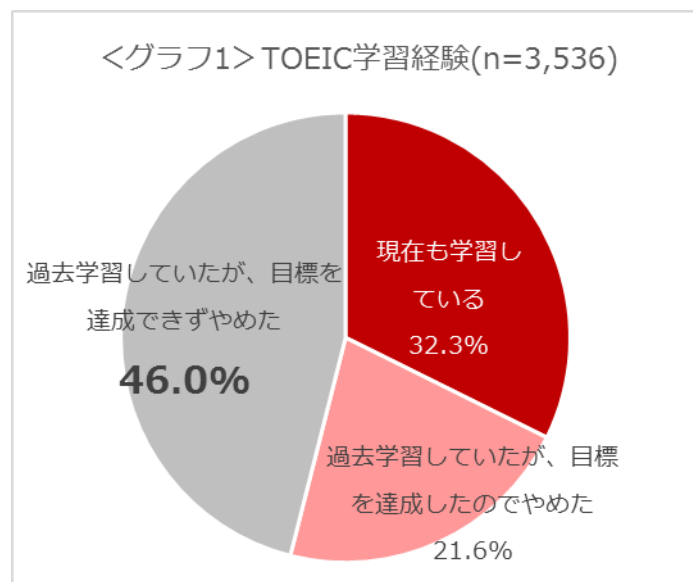
- TOEIC®受験のための学習経験者のうち、約半数が目標を達成できず挫折してしまった「燃え尽き症候群」経験者
- 受験のきっかけ TOP3 は「スキルアップ」「転職の助けに」「仕事で必要だから」
目標点数が高い層ほど TOEIC®スコアがあれば仕事上で有利と意識する傾向
- 「燃え尽き症候群」経験者の勉強方法は「問題集」が約8割
自分の都合に合わせてコントロールが可能なもので学習
- 「燃え尽き症候群」経験者の6割以上が「毎日学習する習慣はなかった」
1日に3時間以上の学習をしている人は5%以下
- 約9割の人が学習を続けるポイントとして「モチベーションを保つ」
「勉強グセをつける」「継続して勉強する」の3つを重要視

■ 調査概要

- ・ 調査日程：2017年6月23日（金）～7月3日（月）
- ・ 調査対象：(i) .首都圏（1都3県）の経営者・会社員・学生
(ii) . (i)のうち、「過去にTOEIC®受験のための学習をしていたが、目標を達成できずやめた」層
- ・ 有効回答者数：(i) 9,705名、(ii) 1,200名
- ・ 調査方法：インターネットリサーチ

■ TOEIC®受験のための学習経験者のうち、 約半数が目標を達成できず挫折してしまった「燃え尽き症候群」経験者

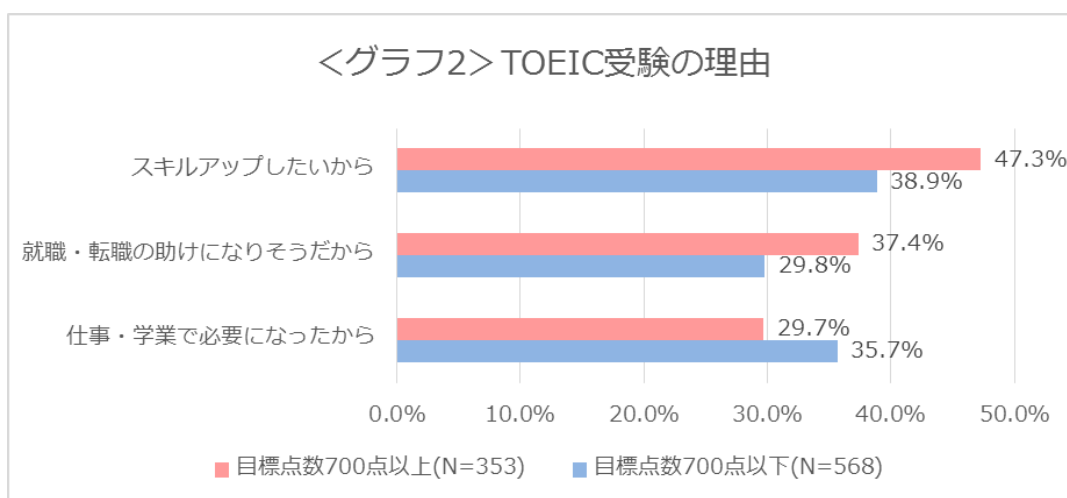
20代～40代の首都圏（1都3県）在住の学生・社会人 3,536名に対し、TOEIC®を受験するための学習をしたことがあるかを聞いたところ、約7割が「過去に学習していた」と回答しました。一方で、「過去学習していたが、目標を達成できずにやめた」と回答した人は全体の半数近くにも上りました。
<グラフ1>



■ 受験のきっかけ TOP3 は「スキルアップ」「転職の助けに」「仕事で必要だから」 目標点数が高い層ほど TOEIC®スコアがあれば仕事上で有利と意識する傾向

「過去 TOEIC®受験のために英語の学習をしていたが、目標を達成できず挫折してしまった」（＝燃え尽き症候群）と回答した人 1,200名に、なぜ TOEIC®を受験しようと考えたのかを聞いたところ、「スキルアップしたいから（40.9%）」、「就職・転職の助けになりそうだから（32.1%）」、「仕事・学業で必要になったから（30.3%）」が TOP3 となりました。

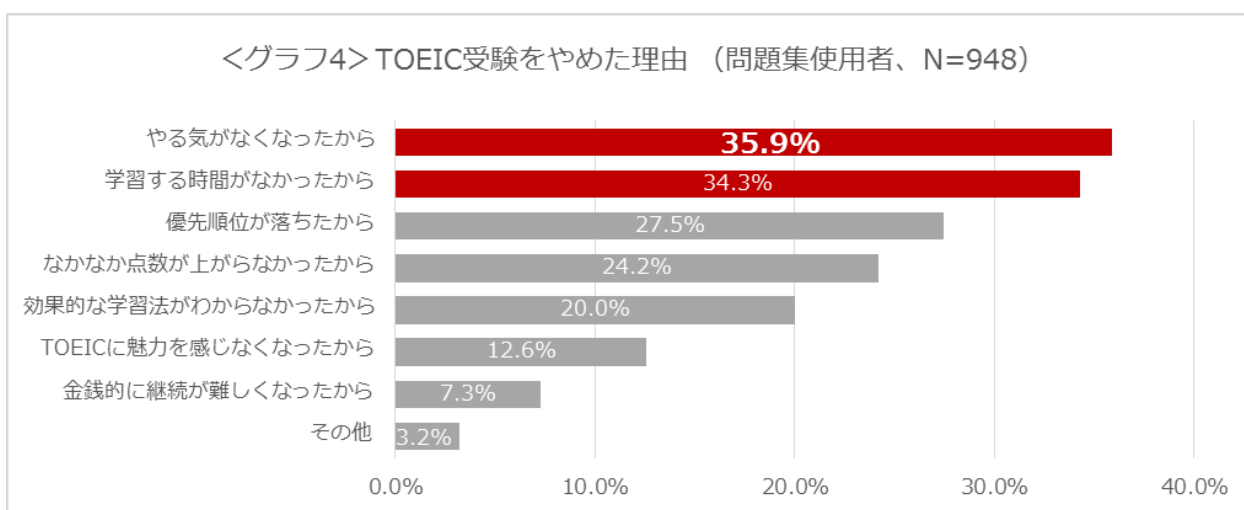
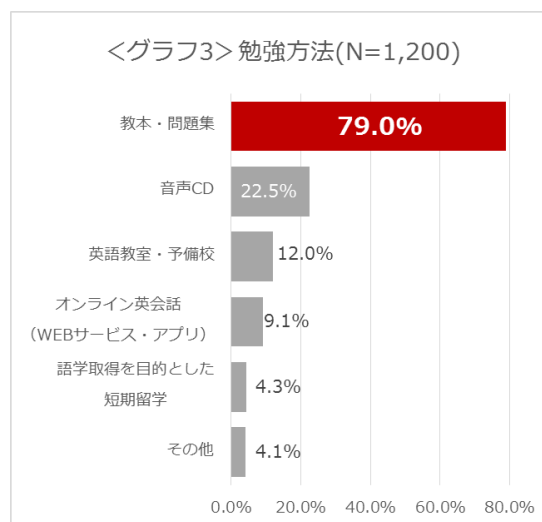
目標点数 700 点を境にして、それ以上と以下とで比較すると、どちらも 1 位は「スキルアップしたいから」であるものの、目標点数を 700 点以上としていた層では、700 点以下としていた層より約 10 ポイント高くなっています。また、「就職・転職の助けになりそう」という回答も 700 点以下の層と比較すると 7 ポイントほど多いことから、高い目標点数を設定していた人ほど、自己研鑽欲が強く、TOEIC®のハイスコアを獲得することによって仕事に有利な影響が出ると意識している人が多いと考えられます。
<グラフ2>



■ 「燃え尽き症候群」経験者の勉強方法は「問題集」が約 8 割 自分の都合に合わせてコントロールが可能なもので学習

「燃え尽き症候群」経験者に対し、どのような方法で英語の学習をしていたのか聞いたところ、「教本・問題集」と回答した人が最も多く 79.0%に上りました。次いで「音声CD (22.5%)」となり、時間や場所にとらわれず、自身のタイミングに合わせて進められるもので学習していたことがわかります。

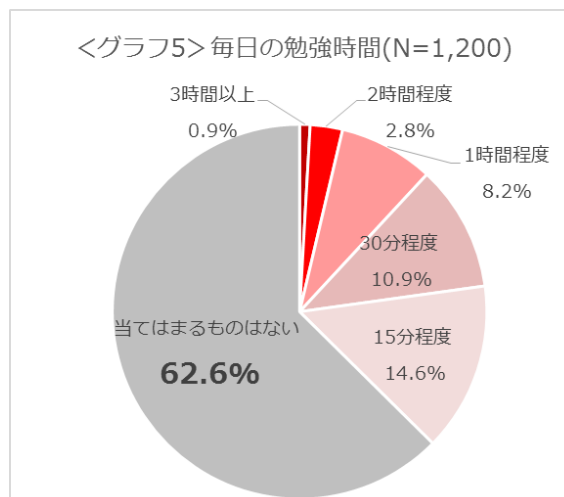
しかしながら、「教本・問題集」で勉強をした人に、なぜ TOEIC®の学習をやめてしまったのかを聞くと、他の勉強法を選択していた層では 2 位だった「やる気がなくなったから」という回答が 35.9%で 1 位となりました。「教本・問題集」による学習は、自身の都合のよいときにいつでも取り組むことができる反面、自分自身に負けずモチベーションを保ち続け、学習時間を確保することが難しかったものと考えられます。〈グラフ 4〉



■ 「燃え尽き症候群」経験者の 6 割以上が「毎日学習する習慣はなかった」 1 日に 3 時間以上の学習をしている人は 5%以下

「燃え尽き症候群」経験者に対し、当時の英語学習の頻度と、1 回あたりの学習時間について聞くと、「ほぼ毎日勉強をしていた」と回答したのは全体の 4 割弱となり、6 割以上の人々が毎日学習する習慣をつけられていなかったことがわかりました。〈グラフ 5〉

また、「2 時間程度勉強をしていた」と回答した人はいずれの頻度においても 10%に満たず、「3 時間以上」も 5%未満と、まとまった勉強の時間はほとんど取れていなかったという実態が明らかになりました。〈表 1〉



<表1 学習の頻度と時間>

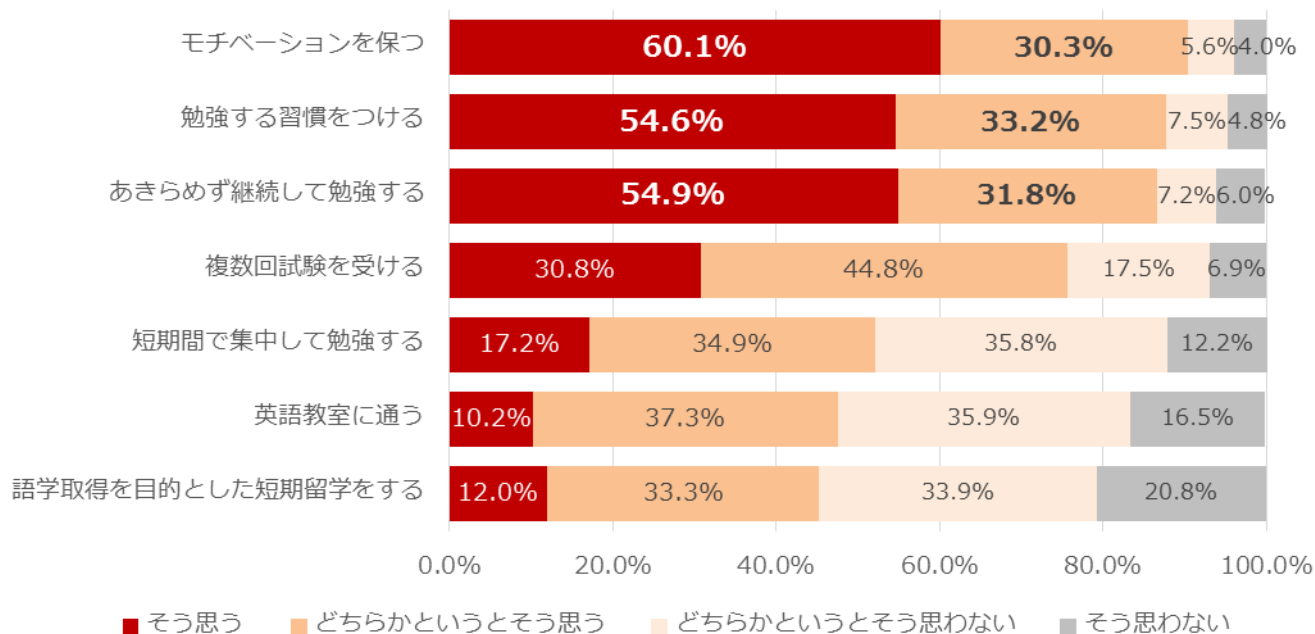
| | 15分程度 | 30分程度 | 1時間程度 | 2時間程度 | 3時間以上 | 当てはまるものはない |
|------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------------|
| ほぼ毎日(N=1,200) | 14.6% | 10.9% | 8.2% | 2.8% | 0.9% | 62.6% |
| 週に2~3日(N=1,200) | 7.5% | 16.3% | 20.3% | 6.6% | 1.2% | 48.1% |
| 週に1日(N=1,200) | 5.7% | 10.2% | 16.2% | 7.5% | 2.6% | 57.8% |
| 月に2~3日(N=1,200) | 4.4% | 6.6% | 9.1% | 5.9% | 2.9% | 71.1% |
| 月に1日(N=1,200) | 4.8% | 4.9% | 7.0% | 4.9% | 4.5% | 73.8% |
| それ以下の頻度(N=1,200) | 6.0% | 5.4% | 5.9% | 2.0% | 2.7% | 78.0% |

■約9割の人が、学習を続けるポイントとして「モチベーションを保つ」「勉強グセをつける」「継続して勉強する」の3つを重要視

TOEIC®受験のための学習において、目標点数を達成するために必要だと思うことについて聞いたところ、「モチベーションを保つ」「勉強する習慣をつける」「あきらめず継続して勉強する」で、「そう思う」「どちらかというと思う」と回答した人がそれぞれ約9割に上りました。

「ほぼ毎日勉強をしていた」という層がわずかに4割弱であったという結果と合わせると、毎日こつこつ勉強をすることが大切だと認識はしているものの、実行に移すことができていた人は少ないと考えられます。

<グラフ6> 目標点数を達成するために必要だと思うこと



■ All About ガイドによる解説



All About 「ビジネス英会話」ガイド

竹村 和浩

立教大学英米文学科卒。東京都立高校に6年間英語教諭として勤務後、株式会社公文教育研究会に海外派遣要員として採用。総合企画室・国際部担当等を経て、独立。民間リサーチ会社を経て、TLL 言語研究所を設立、現在、株式会社ティエルエル 代表取締役。英検一級。

TOEIC®の点数をアップさせるには、継続的かつ相当量の勉強が必要になるので、**毎日継続できる仕組みづくりが重要**です。しかし、我流での学習は、最初はモチベーションが高くても、次第に日々の生活に流されてしまい、継続しにくい傾向にあると言えるでしょう。

また、**自分の状態を客観的に把握**することも大切。たとえ時間をかけて学習しても、それが間違った学習法や手順であったり、現状改善に必要な学習方法ではなかった場合にはしばしば成果につながらないケースもあります。TOEIC®に限らずすべての技術習得に言えることですが、こういった事態に陥ることを避けるためにも、必ず**プロのコーチにつくことをおすすめ**いたします。

英語学習にはいわば「定石」とでもいえるものがあります。それは「語彙 (単語)」「文法」「発音 (リスニング)」の3つの要素です。これらはとにかく毎日、継続して学習することで最終的に大きな飛躍、TOEIC®でいえば大幅な点数UPにつながります。

しかし、**継続して学習してもすぐに直接的な成果が出ず、一定の停滞期間がある**のも、これらの3要素の特徴です。その期間は個人差があり、かつ学習段階で何度も現れてくるものです。多くの学習者は、この停滞期間に堪えられず、学習を途中でやめてしまいます。

この期間においても、学習状況の把握や学習時間の管理、適切なアドバイスをしてくれるコーチの存在は重要。適したコーチのもとで学習を続けられれば、大きな成果につながりやすくなるでしょう。

■ RIZAP ENGLISH 事業責任者 山口 正也氏によるコメント



早稲田大学法学部卒。就職・転職支援領域でのビジネス経験が長く、2011年から2016年までは(株)リクルートエグゼクティブエージェントにてエグゼクティブサーチ業務に従事。企業が求める英語力についての実態に詳しい。2017年6月より現職。

今回の調査の結果からもわかりますが、多くの方が TOEIC®の点数を上げるためには、相当量の勉強が必要だとわかっています。しかし、ひとりで勉強をしているとどうしても甘えがでてしまい、十分な勉強量を確保できず、思うような結果を出せないまま終わってしまうことが多いようです。

RIZAP ENGLISH では、そのような挫折がちな英語学習を、専属トレーナーが日々、勉強時間のとり方や、勉強方法についてのアドバイスと管理を行うことで、目標達成まで走り切るバックアップをします。

■ **オールアバウトについて** URL : <http://corp.allabout.co.jp/>

大日本印刷株式会社と日本テレビ放送網株式会社を大株主とする株式会社オールアバウトが運営しており、約 1,300 のテーマごとに、専門の知識や経験を持った人＝「ガイド」が、その分野に関する情報を提供する総合情報サイトです。2001 年 2 月 15 日のサイトオープン以来、順調にユーザ数を伸ばし、月間総利用者数は約 3,030 万人（2017 年 1 月実績、PC・スマートフォン・モバイル含む）となっています。独自記事の展開を中心にシステムだけでは到達しない満足度へ“人”が編集・ナビゲートするサービスです。

■ **RIZAP ENGLISH(ライザップ イングリッシュ)について** URL: <https://www.rizap-english.jp/>

2016 年 7 月に第 1 号店となる新宿店をオープンして以来、RIZAP で培った「結果にコミット」するメソッドを活用し、「英語力向上」にコミットするサービスを展開。独自開発の科学的学習メソッドとゲストを目標の達成まで徹底的にサポートするトレーナー陣により、数多くの英語力向上事例を創出しています。現在、新宿および池袋に合計 2 店舗を展開しています。(2017 年 7 月時点)

※「TOEIC」は米国 Educational Testing Service(ETS)の登録商標です。

※本文内の調査については四捨五入をしているため、合計しても 100%にならないことがあります。

本件に関する報道機関からのお問い合わせ先：

RIZAP 株式会社 竹田・渡辺

TEL : 03-6744-9754 FAX : 03-5337-0636

E-mail : press@rizapgroup.com

株式会社オールアバウト 広報担当：柏原・柳

TEL : 03-6362-1309 FAX : 03-6682-4229

E-mail : pr@staff.allabout.co.jp