

【英語学習者634名に調査】

8割が挫折と悩みを繰り返す“学習ゾンビ化”

AIサービス急増で学習者の迷子化が加速か。最適な学習法が選べない実態

EdTechカンパニーの株式会社レアジョブ（以下、レアジョブ）は、634名の英語学習経験者を対象に、英語学習における挫折や悩みについて調査を実施しました。

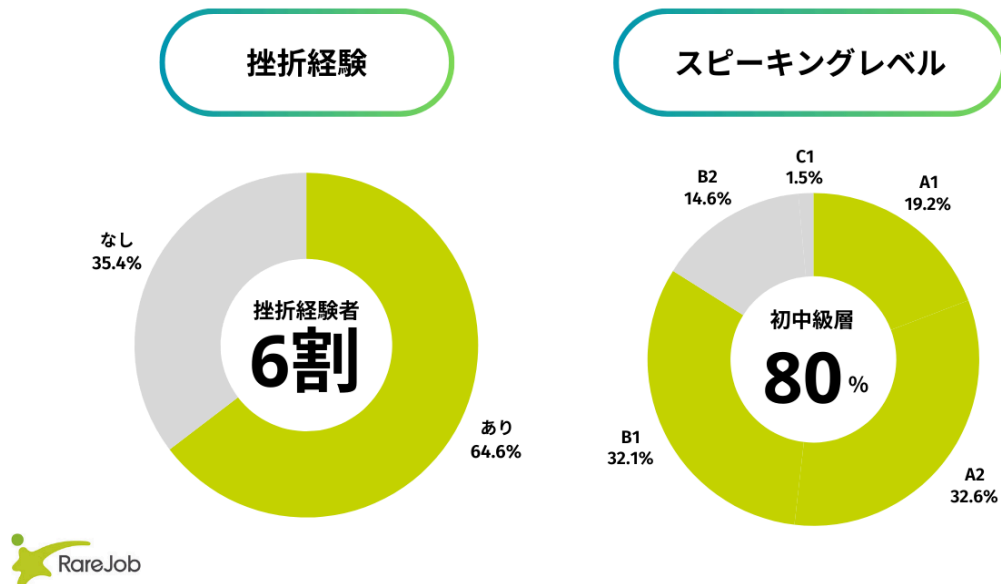


人的資本経営やリスクリングの潮流により、個人の学習意欲は高まっています。しかし、本調査の結果、学習者の8割が、過去の挫折と同じ悩みを抱えながら停滞を繰り返す“学習ゾンビ状態”に陥っていることが明らかになりました。さらに、AI学習サービスの急増により、学習者にとって「最適な手段が分からない」という新たな迷いや判断負荷も生じている実態が浮き彫りになりました。

<サマリー>

- ・英語学習経験者の6割が、継続の壁に直面したことがある
- ・8割が過去の挫折から抜け出せない“学習ゾンビ状態”。悩みのループから抜け出せない実態が判明
- ・挫折理由は各年代で変化。学習者ごとに“合う学び方”を選ぶことが継続の鍵に
- ・「時間が足りない」は誤解？成果最大化の鍵は“密度の高い学習”

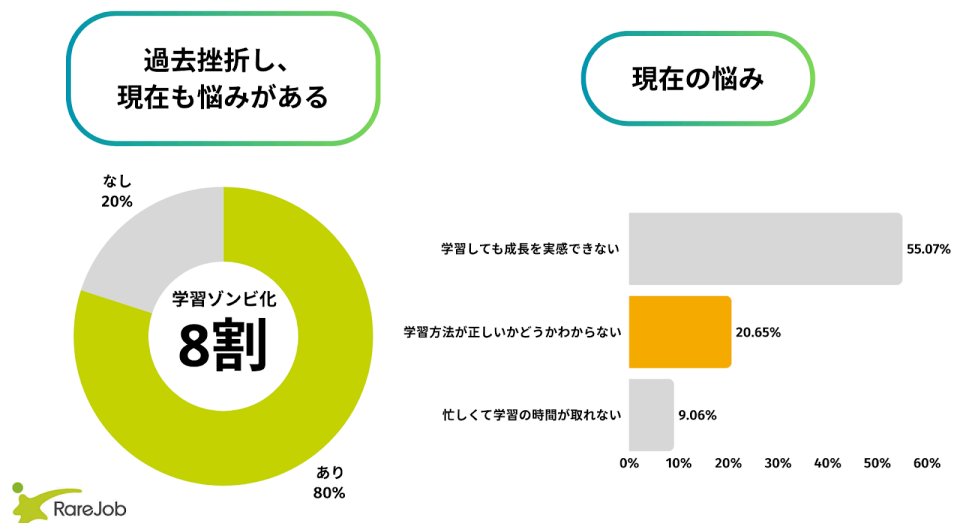
■英語学習経験者の6割が挫折を経験。8割がCEFR A1～B1層の初中級層で挫折多発



英語学習経験者の約6割が「挫折を経験したことがある」と回答。スピーキングレベル別にみると、初級レベル（CEFR* A1）～中級レベル（CEFR B1）が8割を占めていることが分かりました。初級レベルが挫折しやすい特徴として語彙や文法の基礎不足により、インプットした知識がすぐに使えず、成長実感を感じにくく、モチベーション低下につながりやすいことが考えられます。また、教材の選択基準が分からず、誤った選択を続けることで非効率な勉強を続けてしまい、成長の妨げになるケースもあります。中級レベルについては、成長実感が急に得にくくなる伸び悩み期に入り、新しい知識がアウトプットに直結している手ごたえを感じにくくなることで挫折につながると考えられます。

*1 CEFR（Common European Framework of Reference for Languages／ヨーロッパ言語共通参照枠）の略。言語運用能力別のレベルを示す。

■8割が、過去に挫折し現在も同じ悩みを繰り返し抱えている“学習ゾンビ状態”

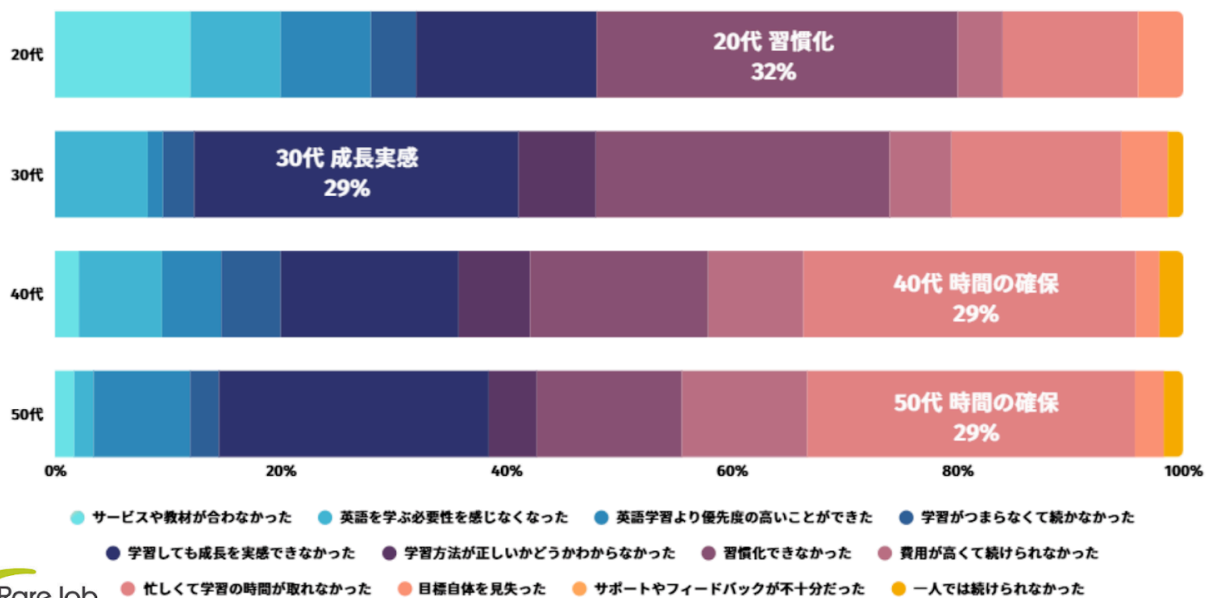


学習者の8割が過去挫折した後に復活したものの、現在も悩みを抱えていることが分かりました。また、

過去の挫折理由と、現在の悩みには共通点があり、「成長実感を得られない」「学習時間が確保できない」という壁に再び直面し、停滞を繰り返す、いわば“学習ゾンビ状態”に陥っている様子が浮き彫りになりました。くわえて、2番目に多いのが「学習方法が正しいか分からない」という回答です。近年、生成AIを活用した英語学習サービスが急増したことで、学習法の見極めが難しい学習者にとっては「どれが自分に合うのか分からない」「今のやり方で合っているのか不安」という新たなストレスを助長している可能性があります。こうした状況が、成果が出ないまま迷い続ける“学習ゾンビ状態”を加速させている大きな一因であると考えられます。

■挫折の理由は年代ごとに異なる。それぞれのニーズに合わせた学習法が必要

年齢別の挫折理由



挫折理由について世代ごとの違いが見られました。20代では「習慣化できなかった」、30代では「成長を実感できなかった」、40～50代では「忙しくて学習時間を確保できなかった」という回答が最も多くあげられました。20代は、就職・転職など生活環境の変化が大きい時期であり、情報過多の環境やタイパ・コスパ意識の高まりから、短期間で成果を感じにくく、習慣化する前に離脱しやすい傾向がありました。30代は、キャリア・家庭など多方面での責任が増えることで学習時間が限られ、従来の“量をこなすこと”を前提とした学習方法では成長実感を得られにくく、継続が難しくなる傾向が見られます。40代～50代は、管理職として組織の中心的役割を担うケースも多く、多忙さから学習時間を確保すること自体が難しく、学習を定着させる前に挫折につながるケースが多いようです。

ただし、これらはあくまで世代としての傾向に過ぎず、学習者一人ひとりが置かれている状況や課題は大きく異なります。だからこそ、誰にとっても同じ学習法が正解とは限らず、その人にとって最適な学習方法をどう提示できるかが、英語学習の継続と成果を左右する重要なポイントであると考えています。

■「時間が足りない」は誤解？成果最大化の鍵は“密度の高い学習”

学習にかけられる時間

45
分



学習時間は1日あたり45分程度であることがわかりました。日々の生活のなかで無理なく続けられる現実的な上限であることがうかがえます。学習の停滞を生む本質的な課題は、時間の長さではなく“密度”です。自分に合わない学習法を続けている限り、どれだけ時間を費やしても理想の成果には近づけません。だからこそ、無理に学習時間を延ばそうとするのではなく、45分という限られた時間の中で“学習生産性の高い状態”を作り出せるかどうかが決定的打となります。この質を高める学習こそが、思うように成長できず悩みを繰り返してしまう“学習ゾンビ状態”から抜け出す鍵であると考えています。

■統括と今後の展望：オンライン英会話事業本部長 須藤みゆき



本調査から、英語学習者が抱える挫折の背景には「時間の確保」や「成長実感の得にくさ」が繰り返し表れており、いかに無理なく自身の生活でルーティン化させられるか、また自身の成長が見える化できることが鍵といえます。近年、AI技術の進展により、語学学習において、精度の高い反復練習やパーソナライズされた学習提案が可能になるなど、その機能性は飛躍的に向上しています。一方で、モチベーションの維持や情緒面のサポートの領域では、人による価値が依然として大きいことも明らかです。レアジョブは、こうした両者の強みを掛け合わせることで、「人×AI」の共創による学習価値の最大化を目指しています。今回の調査で浮き彫りになった「最適な学習法の迷子」や「成長実感の欠如」を解決するため、AIがレッスンごとに課題を客観・定量的に特定する仕組みと、日本人コーチの伴走支援による習慣化・モチベーション維持のサポートを組み合わせた新サービスを発表予定です。テクノロジーと人の融合により、すべての学習者が“学習ゾンビ状態”から脱却し、成果の出る学習に向かえる未来を実現してまいります。



■調査概要

調査年月：2025年9月

調査方法：「レアジョブ英会話」利用者へのメールによるアンケート調査

調査対象：現在もしくは過去に英語学習を経験したことがある人

有効回答数：634名

【株式会社レアジョブについて】

所在地：東京都渋谷区神宮前6-27-8 京セラ原宿ビル2F

代表者：代表取締役社長 中村 岳

URL：<https://www.rarejob.co.jp/>

事業内容：英語関連事業／子ども・子育て支援事業

上場取引所：東京証券取引所スタンダード市場

【レアジョブグループの事業展開について】

EdTechカンパニーのレアジョブグループは、グループビジョン“Chances for everyone, everywhere.”に基づき「世界中の人々が、それぞれの能力を発揮し、活躍できる世の中の実現」を目指しています。オンライン英会話をはじめ、AI ビジネス英語スピーキングテスト「PROGOS®」などアセスメントを軸とし、個人・法人・教育機関などを対象に事業を展開。また、英語だけでなくグローバルリーダーに必要な評価・育成・採用など人材関連サービスや、K12領域における子ども子育て支援サービスも幅広く提供。今後も、国内のみならずグローバルな事業展開を推進してまいります。

【提供サービス】

◆英語関連サービス

ーオンライン英会話サービス

・[オンライン英会話サービス「レアジョブ英会話」](#)

ーアセスメントサービス（英語力測定）

・[ビジネス英語スピーキングテスト「PROGOS®」](#)

・[英語スピーキング力診断アプリ「PROGOS®」](#)

ー法人向け人材育成関連サービス

・[グローバルビジネススキル習得プログラム「グローバルスキルPowerトレーニング」](#)

・[法人向けグローバルリーダー育成研修サービス](#)

【本プレスリリースに関するお問い合わせ】

株式会社レアジョブ 広報 水口

メール：press@rarejob.co.jp