TED むずかしい Lisa Feldman Barrett 日本語字幕あり #感情 #脳科学 #心理学

感情は勝手に湧くのではなく、脳が作っている

You aren't at the mercy of your emotions -- your brain creates them | Lisa Feldman Barrett

「感情は、思ったより自分で扱える」



18:29	319万	★★★★☆	6語
長さ	再生回数	入試に出そう度	キーワード

動画はここから
スマホで読み取ると、動画と音声つき単語のページが開きます。

日付 クラス・番号 名前

どんな話？
腹が立つのも、不安になるのも、自分ではどうにもならない反応だと思っていませんか。その前提を疑うところから、話が始まりそうです。

1 観る前に考えよう WARM-UP 5分

Q1 Where do emotions come from?
感情はどこから生まれるのだろう？

Q2 Can we control our feelings?
私たちは自分の感情をコントロールできるだろうか？

Q3 Guess: What will the speaker want to tell us?
タイトルと写真から予想：話し手がいちばん伝えたいことは？（日本語OK）

2 キーワードを予習しよう KEY WORDS 5分

#	英語	知ってる度	観る前：意味を予想	観たあと：正しい意味
1	**emotion**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	**brain**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	**facial expression**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	**experience**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	**construct**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
6	**control**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
長いので、3分ごとに止めて内容を一言でまとめると、理解が崩れません。字幕は最初は日本語でも大丈夫です。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

3 3回観よう（視聴ログ） WATCH LOG

18:29 × 3

ROUND 1 1回目は日本語字幕で、常識とのちがいをつかむ

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 2 2回目は英語字幕で、感情の表現を3〜5個メモする

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 3 3回目は主張の核心の30秒を声に出してまねる

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

4 話の流れマップ STORY MAP

1回目のあと

それぞれの部分で、話し手が何を言ったか・何を見せたかを、日本語でメモしよう（キーワードだけでOK）。

1 HOOK つかみ	
2 QUESTION 問題・問い	
3 IDEA アイデア・主張	
4 EXAMPLE 具体例・根拠	
5 MESSAGE まとめ・呼びかけ	

5 聞き取れた英語メモ PHRASE CATCHER

2回目

#	聞き取れた英語（単語・フレーズ）	意味	何分ごろ
1			
2			
3			
4			
5			

聞きどころ

・英語字幕なしで1分 → 英語字幕で確かめる、を区間ごとにくり返そう。
・主張と具体例の切りかえ（For example / What this means is / In other words）を聞き分けよう。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

6 観たあとに答えよう AFTER YOU WATCH

10分

Q1 What is the speaker's main idea about emotions?
感情についての話し手の主な考えは何ですか？

Q2 How might this idea change the way you deal with stress?
この考えは、ストレスへの向き合い方をどう変えるでしょうか？

7 要点を3つにまとめよう 3 KEY POINTS

5分

1

2

3

8 英語で意見を書こう WRITE YOUR OPINION

目標 80〜100語

Q Do you agree with the speaker's main idea? Give two reasons and one example.
話し手の主張に賛成ですか？ 理由を2つと例を1つ挙げて書こう。

P **結論・意見** I think (that) ... In my opinion, ...	
R **理由** This is because ... The main reason is ...	
E **例・体験** For example, ... In the talk, the speaker ...	
P **もう一度結論** That is why ... So, I believe ...	

使ったキーワード _____ 語数 _____ 語

TED HACKS(原田英語)は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

9 単語チェック VOCABULARY CHECK

12点

A 英語と意味を線で結ぼう（記号を書こう）

1 **emotion**
2 **brain**
3 **facial expression**
4 **experience**
5 **construct**
6 **control**

□ a 制御する
□ b 感情
□ c 脳
□ d 組み立てる、作り上げる
□ e 経験、体験する
□ f 表情

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

制御する c＿＿＿＿＿＿
組み立てる、作り上げる c＿＿＿＿＿＿＿＿＿
経験、体験する e＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿
感情 e＿＿＿＿＿＿＿
表情 f＿＿＿＿＿＿ ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿
脳 b＿＿＿＿＿

10 テーマ単語で入試へ：脳・心理・行動 EXAM WORDS

6点

このトークは入試の「脳・心理・行動」テーマとつながっています。下の語から選んで入れよう（形を変えてもOK）。

WORD BANK: **instinct** **trait** **stimulus** **motivation** **bias** **anxiety**

1 A loud sound is a strong _____ for the brain.
大きな音は、脳にとって強い刺激です。

2 Fear is an _____ that helps us avoid danger.
恐怖は、危険を避けるのに役立つ本能です。

3 Small goals can raise your _____.
小さな目標は、やる気を高めてくれます。

4 Curiosity is a personality _____ shared by many scientists.
好奇心は、多くの科学者に共通する性格上の特性です。

5 Speaking in public often causes _____.
人前で話すことは、しばしば不安を引き起こします。

6 Everyone has a _____, even if they do not notice it.
気づいていなくても、誰にでも偏りはあります。

11 1分リテル RETELL

話す

トークの内容を1分で人に説明しよう（日本語→英語の順でもOK）。使えたキーワードに✓。

□ **emotion** □ **brain** □ **facial expression** □ **experience** □ **construct**
□ **control**

1回目 ＿＿＿秒　2回目 ＿＿＿秒　3回目 ＿＿＿秒

12 シャドーイング SHADOWING

3日間

気に入った30秒を選んで、3日続けよう。

□□□ 1. 音声を流しながら、英語字幕を目で追って口パクでなぞる（オーバーラッピング）
□□□ 2. 字幕を見ずに、少し遅れて声に出してまねる（シャドーイング）
□□□ 3. スマホで録音して聞き比べ、言えなかった語に印をつける

13 ふりかえり SELF-CHECK

タイトルと話し手を、人に説明できる	◎ ○ △
キーワード6語の意味が言える	◎ ○ △
話の流れを3つ以上に分けて説明できる	◎ ○ △
観たあとの問いに、英語で答えられた	◎ ○ △
英語で意見を80〜100語書けた	◎ ○ △

このトークで心に残ったひとこと・次に観たいトーク

次のおすすめ：「先延ばし魔の頭の中をのぞいてみた」「話す言葉が変わると、世界の見え方も変わる？」「2つの言葉を話す脳は、なにがすごい？」→ haradaeigo.com/tedhacks/talks/

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

2・9 キーワードの意味

1. **emotion** 感情
2. **brain** 脳
3. **facial expression** 表情
4. **experience** 経験、体験する
5. **construct** 組み立てる、作り上げる
6. **control** 制御する

9A マッチング

1-b 2-c 3-f 4-e 5-d 6-a

9B スペル

control / emotion / construct / facial expression / experience / brain

10 テーマ単語（脳・心理・行動）

1. **stimulus**
2. **instinct**
3. **motivation**
4. **trait**
5. **anxiety**
6. **bias**

7 要点の例

1. **感情の見方が反転**：感情は勝手に湧くもの、という常識を問い直す内容です。自分の気持ちの扱い方を考え直す、大きなきっかけになりそうです。
2. **科学の論の運び**：常識を疑い、新しい説明を示す流れは、論説文の典型です。18分と長めなので、論の進み方に注目して聞いてみましょう。
3. **入試のテーマに直結**：脳と心は、長文や小論文で繰り返し出る話題です。背景知識をつけておくと、本番で読み進める大きな助けになります。観終わったあと、読み直しにも便利です。

観終わると身につくこと

感情を「起きてしまうもの」ではなく「扱えるもの」として考えやすくなります。心理や脳科学の英語の語彙も、少しずつ定着します。

このトークで伸びる力

心理・脳科学の語彙が広く学べ、「常識を疑う→新しい説明を示す」という論の運びも参考になります。入試で扱われやすい脳・心のテーマの背景知識づくりにも役立ちます。

授業プラン（50分）

0〜5分	導入	ワークシート①の問いをペアで話す（日本語OK）
5〜10分	単語	キーワード予習。知ってる度チェック→意味の予想
10〜20分	1回目	冒頭〜10分を日本語字幕で（全体は19分。続きは宿題に）
20〜25分	確認	ペアで話の流れを説明し合う。聞き取れた英語をシェア
25〜31分	2回目	気に入った区間（5〜6分）を英語字幕で
31〜46分	書く	③観たあとの問い＋英語で意見（PREP）
46〜50分	共有	2〜3人が発表。④の自己評価

こんな人に

- 気持ちに振り回されやすい人
- 心理学や脳科学に興味がある人
- 入試長文の背景知識を増やしたい人

採点のめやす（英作文 8）

内容（問いに答えている）3点／理由と例 3点／英語の正確さ 2点。キーワードを使えたら＋1点のボーナス。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。