TED ふつう Shankar Vedantam 日本語字幕あり #心理学 #将来 #自己理解

「未来の自分」の望みは、今の自分には読めない

You Don't Actually Know What Your Future Self Wants | Shankar Vedantam

「10年後のあなたは、別人かもしれない」



14:10	149万	★★★☆☆	5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？

今の好みや価値観は、この先もずっと変わらない。多くの人がそう思い込んでいます。科学ジャーナリストの話し手は、未来の自分も今と同じ考えや望みを持ち続けると信じてしまう心の癖を「連続性の錯覚」と呼び、物語を交えながらその影響を描き出します。人は思うよりずっと大きく変わっていく。だからこそ、なりたい自分を自分から形づくっていこうという提案です。進路に悩む人に響く内容です。

1 観る前に考えよう WARM-UP 5分

Q1 How different were you five years ago?
5年前のあなたは今とどれくらい違っていましたか？

Q2 Do you think your dreams will change in the future?
あなたの夢は将来変わると思いますか？

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	**predict**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	**preference**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	**personality**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	**decision**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	**illusion**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
1回目は日本語字幕で、自分の10年前と比べながら観る

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

14:10 × 3

ROUND 1 1回目は日本語字幕で、自分の10年前と比べながら観る
☐ 観た　字幕：なし・英・日
0　25　50　75　100%

ROUND 2 2回目は英語字幕で、変化を表す表現を3〜5個メモする
☐ 観た　字幕：なし・英・日
0　25　50　75　100%

ROUND 3 気に入った30秒を選んで、声に出して影読みする
☐ 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

・So / But / Now / Here's the thing など、話の切れ目のことばに注目すると流れがつかめます。
・くり返されるキーワードは、そのトークの主題。聞こえたら何分ごろかメモしよう。

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 How can we make better choices for our future selves?
未来の自分のために、どうすればよりよい選択ができるでしょう？

Q2 What is one thing you think will change about you?
自分について変わりそうだと思うことを1つ挙げてください。

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 40〜60語

Q What is the most important idea in this talk? Do you agree with it? Why?
このトークでいちばん大切な考えは何？ あなたは賛成？ その理由は？

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

10点

A 英語と意味を線で結ぼう（記号を書こう）

1 **predict**
2 **preference**
3 **personality**
4 **decision**
5 **illusion**

□ a 性格
□ b 思い込み・錯覚
□ c 好み
□ d 予測する
□ e 決断

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

思い込み・錯覚 i＿＿＿＿＿＿＿
決断 d＿＿＿＿＿＿＿
予測する p＿＿＿＿＿＿
好み p＿＿＿＿＿＿＿＿＿
性格 p＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

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: **plasticity** / **anxiety** / **perception** / **mindset** / **trait** / **addiction**

1 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。

2 Some people worry about _____ to social media.
SNSへの依存を心配する人もいます。

3 A positive _____ can change how we deal with problems.
前向きな考え方は、問題への向き合い方を変えることがあります。

4 Brain _____ allows us to learn new skills at any age.
脳の可塑性のおかげで、私たちは何歳でも新しい技能を身につけられます。

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 Our _____ of time changes when we are bored.
退屈しているとき、時間の感じ方は変わります。

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✓。

□ **predict** □ **preference** □ **personality** □ **decision** □ **illusion**

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5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40〜60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：「史上最長級の研究が教える、幸せの条件」「批判的思考力を高める5つのコツ」「先延ばし魔の頭の中をのぞいてみた」→ 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. **predict** 予測する
2. **preference** 好み
3. **personality** 性格
4. **decision** 決断
5. **illusion** 思い込み・錯覚

9A マッチング

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

9B スペル

illusion / preference / decision / personality / predict

10 テーマ単語(脳・心理・行動)

1. **trait**
2. **addiction**
3. **mindset**
4. **plasticity**
5. **anxiety**
6. **perception**

7 内容の手がかり

今の好みや価値観は、この先もずっと変わらない。多くの人がそう思い込んでいます。科学ジャーナリストの話し手は、未来の自分も今と同じ考えや望みを持ち続けると信じてしまう心の癖を「連続性の錯覚」と呼び、物語を交えながらその影響を描き出します。人は思うよりずっと大きく変わっていく。だからこそ、なりたい自分を自分から形づくっていこうという提案です。進路に悩む人に響く内容です。

このトークで伸びる力

心理学の話題を身近な例で説明するので、抽象的な内容を英語で追う練習になります。未来・変化を表す時制や仮定の表現が多く、自由英作文の材料にもなります。

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15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

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。