

田村のつぶやき 第40号

2025.3.10 発行

文責：島根県立江津高等学校長 田村康雄

シン・読書の楽しみ

昨年度、子ども家庭庁がまとめた「青少年のインターネット利用環境実態調査」の調査結果によると、高校生のインターネットの平均利用時間は1日あたり約6時間、しかも半数以上が5時間以上利用、さらに約3分の1はなんと7時間以上も利用しているという実態が明らかになりました。利用内容は、学習に利用する、ニュースをみる、読書をする、という回答もありましたが、動画や音楽の視聴、投稿やメッセージ交換、ゲームが圧倒的に多いです。主体的にページをめくり文字を追わなければならない読書に比べて、動画視聴は受動的に楽しむことができます。本よりもずっと手軽に容易に楽しめる動画コンテンツがこれだけ身近にあふれておれば、ますます読書離れ・書籍離れを助長させることとなります。

「本を読んだ方がいい」と一般的にはよく言われていますが、なぜ読書をするのが大事なのでしょう。その答えを最近読んだ本（笹沼颯太『東大発！1万人の子どもが変わった ハマるおうち読書』（ディスカヴァー・トゥエンティワン））から、以下の3つを紹介します。

まずは、読書をすることで、語彙力が伸び、言葉を使いこなす力が身に付きます。コミュニケーションのときに言葉で表現する力は、どんな時代がきても求められます。人間同士の関わりの中では言葉によるやりとりが欠かせませんし、たとえAIが進化しても人間が言葉によってAIに指示する力が必要になります。私たちは、自分が持っている語彙を通じて物事を認識し、思考したり表現したりするのです。より効果的に語彙力を伸ばすことができ、思考の幅を広げることに、言葉による表現力を高めることにもつながるのが、読書だというわけです。

2つめに、読書は近年重視されるEQ（Emotional Intelligence Quotient）（心の知能指数）を高めることができます。一般的にIQ（知能指数）の数値が高い人は、論理的な思考能力などに優れているとされます。近年、このIQに代わって注目されているのがEQです。EQが高い人は、自分の感情を把握しコントロールするだけでなく、周囲の人の気持ちも理解して適切に接することができます。対人関係能力に優れています。IQだけが高くても社会でうまくいくとは限りません。IQを生かして活躍していくためには、EQを高める必要があるのです。EQを高めるのに効果的だといわれているのは、文学作品を読むことだとされます。心理学の視点から、文学作品をたくさん読んだ人は、人の感情を読み取る能力に長けているということが報告されています。

3つめに、読書をすれば、いろいろな人の考え方や価値観を知ることができます。自分とは違う考え方や価値観に触れる経験は、自らの間違いや至らなさに気がつくきっかけになります。人の考えを取り入れて、柔軟に自分を変えることができる人になります。このように教わり上手で素直な人のことを「コーチャブルな人」と言います。コーチャブルとは、コーチングを受け入れることができるという意味です。人からのアドバイスを受け入れず変化を拒むような人よりも、アドバイスを素直に受け入れ、自分を変えることができる人のほうが成長のチャンスを得られ、周囲からの協力も得られます。

読書は、学びを広げ深めてくれます。食わず嫌いならぬ読まず嫌いは勿体ない。まずは一冊、手に取ってページをめくってみませんか。