

「より効果的に教科書を読むには」

1 どうせ読むなら。

本読みをするときに、国語や他の教科でも同じだが、例えば歴史の教科書に、ローマ帝国の滅亡と言ったページがあったとしよう。そのページをなんとなく読んでも読みの効果はそれなりにあるが、どうせ読むなら、より効果的にするためには、どうしたらいいか。

もちろん、ローマ帝国について自分なりの興味関心がある人は、その視点で読めばいいが、例えば、ローマ帝国は、なぜ滅亡したのかと言った視点、目的を持って読んでみる。目的を持つことによって、まず学びへの意欲が喚起される。そして、読み進めることで、選択的注意集中が働き、理解や記憶が促進される。また、自分の目的、興味関心に沿っている部分にアンダーラインを引いたりする。自分でアンダーラインを引くことは、実は案外レベルの高い行為なのだ。自分なりの価値観や読み方が、それなりに確立していないと出来ないのだ。つまり、自分なりの読みを確立する一つの方法でもある。

2 更に欲を出す。

「なぜローマは・・・」に対して、自分なりに、もしかして「～かな」と言った、仮説を立ててみる。仮説を立てるには、自分の既に持っている知識、既存知識を使わないといけなないので、自分の脳の中にある既存の知識が活性化される。そして、よく似た知識は結びつきやすいので、記憶や理解が促進される。

目的を持ったり、仮説を立てたりして読み進めることで、更に重要なことがある。自分が立てた仮説が、正しいか正しくないか、目的に沿っているかいないかと言った、モニタリング（メタ認知）がその都度機能する。（心の中でつぶやいたりして読んでいる人が居るかもしれないが、それは脳がまさに活性化している状態であり、とても重要で、自己説明効果もある）そのモニタリングが機能することで、新たな知見や仮説が生まれたりする。そして更に読みが広がり深まることになる。ちなみにメタ認知は育てることが出来る能力なので、ドンドン育てよう。

3 更にダメ押し（押し）

自分が読んだ内容、例えばローマはなぜ滅んだかについて、自分なりにも知見が得られたら、自分に語ってみる（メモ程度に書き込んでもいい）。これは自己説明効果と言って、理解が促進される方法。更に人に聞いてもらえれば（授業での発言も然り）、より一層の効果が得られる。また、人と意見を交わすことで、異なる知見やアイデアが得られるかもしれない。

歴史を例にとって書いたが、他の教科にも当てはまることなのです。

自分を育てるという視点は常に大事です。