

本との出会いは人生を変える

あなたはひと月に何冊の本を読まれていますか？

全国学校図書館協議会は毎日新聞社と共同で、全国の小・中・高等学校の児童生徒の読書状況について毎年調査を行っています。「5月1か月間に読んだ本の冊数」に関する第60回(2014年)の調査の結果では、小学生は11.4冊(前回10.1冊)、中学生は3.9冊(前回4.1冊)、高校生は1.6冊(前回1.7冊)でした。昨年度に比べ、小学生は大きく増加しましたが、中学生・高校生は減少しています。小学校では、授業の中で読書時間を設けたりする取り組みが効果を上げているようです。

年齢が進むにつれ読書量が減っていることは残念ですが、年齢の低い頃から読書をするのがとても重要です。「読書は脳のトレーニング」とも言われます。すぐにイメージ化出来やすいマンガや映画とは違って、ストーリーの背景や状況を想像することで脳はどんどん活性化し神経回路が発達します。

幼少期…喜怒哀楽の感情面や善悪の価値基準を育てる頃です。悪者によって苦しめられている者が、正義の味方によって助けられ笑顔が戻るというような、単純で明快なストーリーがお勧めです。ですから、裏切りやどんでん返しのあるような大人好みのストーリーはお勧めできません。もちろん読み聞かせでも効果は十分です。

児童期…自他の価値観の違いに気付きが生まれる頃です。登場人物の気持ちを考えることで、他者理解や様々な価値観を受入れる基盤が発達します。相手の気持ちを推し量り、ストーリーの展開を予想・分析することで思考力・論理力を鍛えることができます。また、言葉やその表現の仕方は、コミュニケーション能力にそのまま生かされます。

思春期…自分自身が確立される時期です。自分が周りからどのように評価され認められるかがとても重要な時期で、状況によっては孤立したり、素直になれない自分に強いストレスを感じたりします。フィクションの世界に入り込むことで、煩わしい出来事を忘れさせ、良い意味で日常から逃避でき、孤独に耐えることもできます。主人公の行動に勇気を貰い、悩んでいたことへの解決の糸口を見出し、日常生活の活力につながることもあります。

成人期…現代は、大人と言えども心が安定しているわけではありません。ノンフィクションの世界は、現実をより広い視点から見つめることが出来、そこから現状打破の知恵や心穏やかに生きるためのヒントを得ることも出来るでしょう。

読書は人の成長に大きな良い影響を与えます。どんどん本に親しむ機会を作りましょう。

「読書の時間を大切に下さい。一冊の本との出会いがあなたの生き方を変えてくれることだってあります」ジョセフ・マーフィー（著述家）の言葉