

# 能動的読みへの 気づきと意識化に 重点を置いた速読学習

—読みの速度と深さを同時に向上させる条件

今村和宏

## ◆要旨

上級日本語学習者にとって、速読力を上げることは重要課題だが、有効な方法はなかなかない。特に、視野の拡大や動体視力の向上など「読みの運動神経」の鍛錬が中心の標準的な速読練習では、速度の向上とともに内容理解が浅くなる傾向がある。筆者は、上級日本語学習者に対する速読授業の実践を通して、この速度と深さのトレードオフを解決する方法を探った。その結果、読む速度を上げるとともに、情報の選択的な読みとりや「批判的な深い読み」を可能にする条件が明らかになった。それは、自らの「読み」を見つめなおし、目的にしたがって読み方を能動的に制御するプロセスを意識化しながら、体系的に集中力を高める訓練を積むことである。

## ◆キーワード

気づき、意識化、全体像、批判的姿勢、能動的読み、制御プロセス

## ◆ABSTRACT

There are few effective methods of fast reading for advanced non-native learners of the Japanese language. The standard training of quick eye movement and the expansion of the visual field help to speed up reading but tend to decrease the level of comprehension. During many years of speed reading practice sessions with advanced learners of Japanese the author explored methods of solving the trade-off relationship between speed and the degree of comprehension.

Through these lessons it became clear that techniques were needed for readers to acquire selective reading ability and deep critical reading while enhancing the speed of their reading. The techniques include the systematic training of concentration, constantly reexamining reading habits, and lastly, consciously controlling the mode of reading in accordance to the intent of the reader.

## ◆KEY WORDS

awareness, wholeness, critical attitude, active reading, conscious control

## A Speed Reading Training System that Places Importance on the Awareness of Active Reading

KAZUHIRO IMAMURA

## 1 はじめに

視野を拡大する。動体視力を高める。スキヤニングやスキミングの訓練を重ねる。とにかく制限時間内に速く読むことに全力を尽くす。そうした手法は、速読の各種プログラムで採用され、一定の効果が確認されている<sup>[註1]</sup>。しかし、そうした講座の参加者に、それらの訓練だけでは、内容理解が浅くなり記憶に残らないばかりか、早く読む能力さえそれほど高まらないと不満を漏らす者が少なくない。そこでは以下のような悪循環が見られるのではないか。

驚異的な速読のモデルを突き付けられ、あまりの差に不安を抱えてスタートする。与えられる速読技法の訓練に追い立てられると、緊張するだけで集中できない。文字は速く追えても、上滑りして内容が頭に入らない。理解できず読み返せば、通常の読み方に戻ってしまう。すると、時間が不足し、また追い立てられる。劇的な上達を示す一部のエリートと自分を比較すると、ますます焦って固くなる。……こうなると、状況に振り回される受け身の学習者像から抜け出すのはむずかしい。

しかし、これとはまったく異なるアプローチもある。まず、学習者が自らの潜在力に気づくことから始める。小さな成功体験を大切にす。失敗も前進するための糧にする。与えられるままの技法を学ぶのではなく、自らの「読み」を見つめなおし、納得の上で読み方を制御していく。そのような能動的な学習者こそ、速読学習においても、大きな成果を取めると期待できるのではないか。

私たちは普段、特に関心がなければ、漫然と読み、受け身であることが多い。能動性は読みの質も大きく左右する。遅くても速くても、意識を持って能動的に読む感覚を磨くことさえできれば、上滑りせず深く読めるはずである。

上級日本語学習者を対象に速読の授業を数年にわたり<sup>[註2]</sup>担当する中で、筆者は、単に読むスピードを上げることに専念するのではなく、限られた時間内に、必要な情報を選択的に読み取り、深く批判的に読む意識と技術を根付かせる方法がないか模索した。

以下では、数年にわたる模索のプロセスを概説した後、1学期分の授業実践の流れをたどる中で、効果的な速読学習を支えるいくつかの要素を取り上げ、

考察を加えたいうえで、速読学習モデルを提案する。

## 2 授業実践の推移

1年目は三浦昭・岡まゆみ(1998)や速読関連図書を参考に、標準的な速読技法の習得に重点を置く一方、深く批判的な読みの手法の意識化にも配慮した。

表1 標準的な速読手法と深く批判的な読みの手法(1年目使用分)

標準的な速読手法	深く批判的な読みの手法
<ul style="list-style-type: none"><li>・視野拡大の訓練</li><li>・スキヤニングとスキミングの重複訓練</li><li>・はしがき、あとがき、目次、小見出しに注目</li><li>・図表、写真などの視覚情報に注目</li><li>・節や段落の最初と最後に注目</li><li>・時間内に設問に答えるタスク読解</li><li>・要点や筆者の主張が現れる場所を示唆する</li><li>・接続詞、副詞、文末表現に注目</li><li>・リラックスと集中のための方法の確認</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・疑問を持つ</li><li>・筆者と対話する</li><li>・話の流れを推測する</li><li>・短い書き込みを残す</li></ul>

教師の側で時間管理が容易な教室内の訓練に比べて、宿題はコントロールが効かないうえ、負担が大きくなり学習意欲を削ぐ恐れがあるため、補助的な位置づけにとどめた。その結果、教室内訓練と宿題の比率は7対3となった。

学習者は、厳しい課題を楽しみながらこなしたが、授業評価では「若干速くなった」のが2割程度で、8割は「速くなった実感はない」というものだった。そのかわり、「深く読めるようになった」と多くが認めた。これは、本授業が読みの質を上げるのに寄与したことを意味し、その後の改善への示唆を与えた。

2年目は、標準的な速読手法よりも、「深く批判的な読み」に多くの時間をかけた。1年目のものに加え、「人に説明するために読む」「要約しながら読む」「別の可能性を考える」などの手法を意識化した上で、実践させた。また、教師が事前に準備したテキストだけでなく、関心のある新書を図書室で各自に選ばせて自宅で速読させる課題を取り入れ、好評だった。宿題は、1年目の反応がよかったので、その割合を3割から4割に増やした。

読後のアウトプットの質の高さと授業後アンケートから、深く読み込みつつ、読むスピードを徐々に上げていく学習者が多数確認できた。

3年目は、実践と議論を通して、標準的な速読手法と深く批判的な読みの手法それぞれの有効性に自ら気付くように促したほか、本屋での「新書立ち読み」の課題を新たに取り入れた。その結果、宿題は教室内課題と同量になった。また、宿題と授業との連続性に留意し、理論的な議論と実践の融合に努めた。コース半ばで、批判的で深い理解を伴う能動的な速読を実現するには、遅読で推奨される手法の多くが有益であることを確認した<sup>[注3]</sup>。また、速読とは直接関係がないと思われがちリラククス法、イメージ・トレーニング、マインド・マップについても教室内で議論し、可能な限り実践するように勧めた。

最終的に、2年目と同様の成果を取めた学習者に交じって、顕著に上達した学習者が含まれていた。また、読書が身近になったとの感想が多く聞かれた。

4年目は、より多くの時間を批判的で深い読みに対する気づきと意識化に費やした。その際、これまでのもの以外に、「自己の潜在力を確認する」「他者の意見で自分を相対化する」「全体像の中で部分を位置づける」「目的に応じて読み方を能動的に制御する」などの手法を取り上げた。なお、教室内課題の量を前年度と同等にして、「新書立ち読み」課題を中心とする宿題は大幅に増やした結果、教室内課題4割、宿題6割となった。

全員読むスピードが目に見えて上がり、半数は2、3倍になった。「集中して、深く読めるようになり、記憶にも残り、読むのが前より楽しくなった」というのが共通の感想であった<sup>[注4]</sup>。

### 3 授業の詳細 (4年目を例に)

#### 3.1 授業の流れ (一覧) と学習者内訳

表2は、「宿題の確認・発表/問いかけ」「気づき/意識化」「授業内課題」「宿題」の項目ごとに4年目授業15コマ (内1回はオリエンテーション) の流れを一覧できるように再現したものである<sup>[注5]</sup>。

当初受講者17名の内訳は、韓国語話者8名、中国語話者3名、英語話者2名、

モンゴル語話者1名、ウズベック語話者1名、セルビア語話者1名、ブルガリア語話者1名であった。その後コース半ばで、韓国語、中国語、英語の話者が1名ずつ脱落し、14名で安定する。日本語レベルは、上級前半が2名、上級後半が4名、残りの11名は日本語母語話者に迫る「超級」であった。

表2 授業の流れ

回	宿題の確認・発表/問いかけ	気づき/意識化	教室内課題	宿題
0	<ul style="list-style-type: none"> <li>●教室内外で課される数多くの課題をすべてこなすことが受講の条件。</li> <li>●本授業の目的は何か? ・ただ速く読むことか?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼速く浅い読みは意味がない。深く読む。目的に従って読み方を制御可能にする。</li> <li>▼訓練だけでなく、意識、姿勢を学ぶことが必須。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■レベル確認 情報探し読解 (新聞記事) ・10分</li> <li>・ペアで採点</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆宿題1: 立ち読み1</li> <li>①5分で面白そうな新書2冊選択</li> <li>②10分で2冊の概要をつかむ (読むより見る感覚。メモしない)</li> <li>③帰宅後、10行以内で文章化</li> </ul>
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>●宿題1の確認と発表 ・どこに注目? →タイトル、目次、はしがき、あとがき、帯、裏表紙、見出し、図表など</li> <li>・タイトル確認→概要発表</li> <li>●読書の目的は何か? ・情報/知識/考え方の吸収</li> <li>・想像力や思考力の鍛錬</li> <li>・味わう・楽しむ・元気になる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼速読のノウハウの多くは無意識に使っている。それを意識化し、整理し、駆使する訓練で、格段に上達する。</li> <li>▼極端に時間が短いなら、左の要素などを利用して、全体像の把握に集中する。</li> <li>▼目的意識が明確なら、より能動的に読める。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■スキミング1 視野拡大訓練 ・単語位置探し ・10分</li> <li>・ペアで採点</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆宿題2: 立ち読み2</li> <li>①5分で面白そうな新書1冊選択</li> <li>②15分で概要を把握</li> <li>③帰宅後、15~20行で文章化</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>●深く、批判的に読むとは? ・書いてあることを疑う</li> <li>・知りたい情報を見つけ出す</li> <li>・筆者の主張を探り出す</li> <li>・筆者に問いかけて対話する</li> <li>・短い書き込みをする</li> <li>●宿題2の確認と発表</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼普段は漫然と読み、受け身。速くても遅くても、意識を持って能動的に読む感覚を磨けば、上滑りせず、深く読める。</li> <li>▼能動的に読む様々な方法の中から、その都度、適した方法を選ぶ姿勢を持つ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■タスク読解1 「誘拐」 ・約1,500字 ・11問 ・15分</li> <li>・時間切れ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆宿題3: 立ち読み3</li> <li>①5分で面白そうな新書1冊選択</li> <li>②25分で概要を把握</li> <li>③帰宅後、20行程度で文章化 (時間があるからと読み込まないように注意する)</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>●「誘拐」追加3分。 答合せ。</li> <li>●宿題3の確認と発表 ・25分では15分の時より把握量が減少。普通に読み始めて時間切れ。</li> <li>①タイトルの確認は全員</li> <li>②隣の人にわかりやすく説明</li> <li>③隣の人はメモ・評価・発表</li> <li>④読んでみたい本を3冊選ぶ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼強く意識しないと、読み方は制御できない。訓練より意識や姿勢、イメージが大切。</li> <li>▼読んだ内容を短時間に人に説明する作業は楽しい。</li> <li>▼人への説明を前提にすると、集中して能動的に読める。</li> <li>▼楽しさがあれば、リラックスして集中することも可能。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■スキミング2 視野拡大訓練 ・単語位置探し ・10分</li> <li>・ペアで採点</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆宿題4: 立ち読み4</li> <li>①5分で面白そうな新書1冊選択</li> <li>②15分で宣伝材料を探す</li> <li>③帰宅後、15行程度で文章化</li> <li>◆宿題5: 立ち読み5</li> <li>①5分で面白そうな新書1冊選択</li> <li>②15分で目次と前半だけ読む</li> <li>③帰宅後、15行程度で文章化</li> <li>④約10行で後半を予測・文章化</li> </ul>

回	宿題の確認・発表／ 問いかけ	気づき／意識化	教室内課題	宿題
4	●宿題4の確認と発表 ・本の選択に時間を要した。 ①タイトルの確認全員 ②隣の人にわかりやすく説明 ③隣の人はメモ・評価・発表。 ●宿題5の確認と発表 ・目次と本の前半から後半がかなり推測できた気がする。	▼予測は先を読みたくさせる。 ▼予測・確認の能動性は吸収力と集中度を高める。 ▼予測は、当たっても外れても、深い記憶を残す。 ▼リラクスの様々な方法 ・深呼吸、ストレッチ、瞑想、音楽、イメージ・トレーニング	■タスク読解2 「訪問者」 ・約1,800字 ・6問 ・15分 ・ペアで採点	◆宿題6:立ち読み6 ①宿題5と同じ本を探す ②予測的中度を15分で確認 ③帰宅後、当たった点、外れた点を約10行で文章化 ◆宿題7:イメージ・トレーニングについてネットで調べる
5	●宿題6の確認 ・予想は当たったか。ビタリ? 大枠OK? 大外れ? ・予測は新鮮で面白かった。 ・文章化後も頭が活性化。	▼味わうべき小説は速読に適さない。だが、視野を広げ、リラックスし、予測し、疑問を持ち、感情移入すれば、自ずと速く読めてしまう。	■タスク読解3 「なぜ宗教」 ・約4,500字 ・4問・15分 ・ペアで採点	◆宿題8:立ち読み7 ①5分で面白そうな新書1冊選択 ②15分で概要把握 ③1章だけ選り20分で内容把握 ④帰宅後、内容を1枚にまとめる
6	●宿題8の確認と発表 ・全体像がわかっていれば、1章の理解に20分は充分。 ・関心があり詳しく読みすぎた ●目次を配る。どんな本か? ・読書の技術? 速読の技術? ★種明かし→遅読の本	▼速読でも遅読でも深く読むための意識と技術は類似。 ・同じ本を再読して復習 ・読了することを目指す ・予想を裏切られながら読む ・筆者の意図外の事を考える ・自分にとっての価値を意識	■比較読解 ・同じ事実を綴る記事2本比較。印象の違いを分析する。 →読者誘導の表現に注意	◆宿題9:これまでのまとめ これまでに学んだことと感じたことをA4で1枚程度にまとめる
7	●宿題9の確認 今までに見たノウハウを列挙する ・場面(内容、目的、時間)に応じて、読み方を制御する ・能動的・主体的に読む ・筆者との対話を楽しむ ・情報操作に注意する	▼筆者との対話の効用 筆者に問いかけ答えを求めれば筆者の人格が意識でき、得られた生きた答えを全体の文脈に位置づけやすい。 ▼能動的な読みは楽しいが、制御が難しい場合もある。	■タスク読解4 「日本の犯罪率」 ・約10,000字 ・内容理解4問を作成。 ・20分 →質問例と解答例を確認。	◆宿題10: ・筆者の主張、要点の位置を指し示す接続詞、副詞、文末表現を20列挙し、解説。
8	●宿題10の確認 接続詞、副詞、文末表現ごとにことばを列挙し、それぞれの機能について議論。	▼文構成を示す言葉(副詞、接続詞、文末表現)は平仮名。 ▼節や段落は、最初と最後を読めば、大枠がつかめる。 ▼スキーマ指示サインに注目。	■タスク読解5 「テロリスト」 ・約10,000字 ・10問・15分 ・ペアで採点	◆宿題11:立ち読み8 ①5分で面白そうな新書1冊選択 ②15分で概要把握 ③15分で隣接2段落を記憶 ④帰宅後、文章化
9	●宿題11の確認 ・理解しやすかったが、覚えるのはむずかしかった。 ●なぜ覚えにくかったのか? ●本は好きか? 本に親しんだきっかけは?	▼本に親しむにはどうするか。 ・身近に置く、持ち歩く ・レビュー/書評を読む ・内容を語る、レビューを書く ・本屋/図書館に入る ・立ち読みする	■タスク読解6 「ネットワーク分析」 ・約15,000字 ・本文を読み、導入文を再構成。 ・25分	◆宿題12:立ち読み9 ①5分で面白そうな新書1冊選択 ②15分で概要把握 ③15分で隣接段落の流れを把握してから暗記 ④帰宅後、文章化

回	宿題の確認・発表／ 問いかけ	気づき／意識化	教室内課題	宿題
10	●宿題12の確認・発表 ・段落間の関係と流れが意識でき、段落内の意味のまとまりで覚えようとしたら、案に暗記できた。	▼段落間の関係がわかると速読しやすく、記憶にも残る。 ▼談話構造、スキーマに注目すると、予測が楽になる。 ▼自分の立ち位置を決めると、批判的な読みが楽にできる。 ▼よくできる外国語のほうが母語よりも意識化しやすい。	■タスク読解7 「孤立、命絶った教師」「根の力」 ・約1,000字×2 ①隣の人とペア ②担当決定1分 ③精読10分 ④相互説明2分	◆宿題13: ・自分と相手の記事を文章化 ◆宿題14:立ち読み10 ①5分で面白そうな新書1冊選択 ②バラバラと2分で全体を見る ③ある章の後半を15分で読み、前半を想像 ④帰宅後、文章化
11	●宿題13の確認 ・時間の経過で、相手から聞いた話の再現は不完全。(記事を見て3分で補足) ●宿題14の確認 ・章後半の内容から前半推測はかなりできた気がする。	▼相手から聞いた内容は1週間後には忘れるが、自分が話した内容は、覚えている。 ▼目的意識が、読むための一番強い動機づけになる。 ▼生きる糧となり自分を変えることができる読書を目指す。	■タスク読解8 記事4本(原発、電力、再生エネ、蓄電池)を速読して、脱原発が可能か論じる。30分→未終了	◆宿題15:立ち読み11 ①宿題15と同じ本で、前半の推測的中度を15分で確かめる ②帰宅後、文章化
12	●宿題15の確認 高い確率で推測が当たる。 ●なぜわかるのか? ・広い文脈・予備知識・常識 ・談話パターン・文中の言及	▼章の構成、話の進め方にはいくつかのパターンがある。 ▼経験を通して無意識に身につけているパターンを意識すれば推測の精度が高まる。	■前回課題継続 追加20分 →終了	◆宿題16:立ち読み12+自宅 ①10分で新書1冊選択購入 ②帰宅後、15分で全体像を把握 ③1章を25分で批判的に読む ④内容をまとめ、コメントを加える
13	●宿題16の確認 ・コメントを書くことを意識してより批判的な読みができた。 ・真に関心のある本が選ばれた人は案に批判的に読めた。	▼読書開始20分前後で集中力が途切れたら、数分でも他のことをしてから再挑戦する。 ▼新しい刺激で頭を解きほぐす。右脳を活性化させる。	■脳の柔軟化 上下反転した文章で連続した2段落を読み、内容確認。	◆宿題17:自宅 ①宿題17の本全体を、1時間で深く批判的に読む ②数時間後、5分で復習する ③全体をまとめ、コメントを加える
14	●宿題17の確認 ・短時間でも、相当、批判的に深く読めるのが実感できた。 ・全体像と、自分に重要な細部が強く記憶に残った。 ・内容が立体的に理解できて楽しかった。	▼目的に応じて様々な読み方を使い分け自由に制御する。 ▼必ずまず全体像をつかむ。 ▼深く読むノウハウを突き詰ると集中度と速度が高まる。 ▼自分にとって価値ある本を選び取ることが一番大切。	■ズル回数確認 ・速読宿題14回 中ズルした回数(学習者が確認) ・0回:1人 ・1~2回:11人 ・3~4回:3人	◆宿題18:自宅 ①既に読んだ本を1冊手に取る ②筆者の主張、要点の位置を示す表現に○をつける(1~2章分) ③○をつけた部分を中心に流れを感じる

### 3.2 授業の目的を確認する

オリエンテーションで、高い日本語力、教室内外で多くの課題をこなすこと、主体的に考えることが受講の条件であると断ったうえで、「本授業の目的は何か」と問いかける。すると、当然「速読できるようになること」と答えるので、以下の点に注意を喚起する。

- ・速くても浅く読むのでは意味がない
- ・深く読み、目的に応じて読み方を自在に制御できるようにする
- ・そのためには、訓練を積むだけでなく、意識や姿勢を学ぶ必要がある
- ・意識や姿勢は、教えられる前に、自分で見出すことを目指す

深く読むことまで目指すこと、訓練を積むだけでなく意識や姿勢を学ぶことは、速読の学習者にとって意外なはずである。そのうえ、読み方を自在に制御し、意識や姿勢も自分で主体的に見出すように求められると、学習者は様々な表情を見せる。今後の進展にわくわくし、やる気を見せる者がいる一方、戸惑いや不安の表情を隠せない者もいる。

### 3.3 自分の潜在力を実感する

情報探しの読解問題（新聞記事10分）で学習者のレベルを確認し、第1回授業のために、本屋での立ち読みの宿題1を出す。

面白そうな新書（200ページ前後）を5分で2冊選び、10分で概要をつかみ、タイトル以外のメモはとらずに帰宅して、それぞれ10行以内で文章化するという課題である。1冊5分しかないのに、細かいことは気にせず、大枠だけつかむよう指示する。当然「読む」時間はほとんどない。「見る」感覚が大切だと告げる。課題の意味については、詳しい説明は敢えて控える。

第1回授業では、課題の感想を確認する。やってみた感覚、できたかどうか、かけた時間などを尋ねると、予想どおりの反応が返ってくる。

- ・たった5分で2冊の本を選ぶのはスリルがあった（ほぼ全員）

- ・1冊5分は内容把握にはとても短かったが、予想以上にできた（13～14人）
- ・1冊目に7～8分かかり、2冊目は時間が足りなかった（4～5人）

時間が不足した者には、「時間管理がむずかしいのは当然で、今回できなくても気にする必要はない」と断ったうえで、「今後は読み方を制御する感覚を磨いてほしい」と告げる。一方、予想以上にできた者には、その成果を褒めるとともに、今後も油断しないようにと伝える。

次に、概要把握のために、実際にどのような方法を使ったかを尋ねると、次々と活発な発言がある。10分ほど議論を交わすと、タイトル、帯文、裏表紙、目次、はしがき、あとがき、小見出し、視覚情報（写真、イラスト、グラフ、図表など）を見るというコツが自然と引き出される。これを受けて、この課題の種明かしをする。

速読のノウハウの多くは、皆すでに持っている、無意識に使っている。本の選択、概要把握でも、その一部を使ったはずである。それを実感することが課題の目的だった。さらに本授業では、これら以外の潜在的な能力と技術にも気づき、意識化し、整理したうえで、系統立てた訓練を積む。そうすれば格段に能力が高まっていく。それをこの授業で確かめてほしいと告げる。

### 3.4 まず全体像をつかむ

超短時間の内容把握では、欠落情報があっても問題ない。通常の読書では、細部に気をとられて大枠の確認がおろそかになる。細部を読まなくても全体像はだいたい把握できるという事実をこの実践で実感することが重要である。

宿題1ではあえて通常の読み方が不可能な時間を課したが、そのほかでは、選択5分、概要把握15分を基本とした。最初の5分では、タイトルを見比べて2、3冊を手に取り、帯文、裏表紙、目次をざっと見る程度の時間しかない。ぼんやり大枠をつかみ、本を選ぶ。そのうえで、次の15分で、はしがきを読み、目次を再確認し、ばらばらとページをめくれば、帰宅後、人に伝えられる程度に本の概要は再現できる。学習者たちは一連の宿題でそれを体験する。

もし、与えられた新書の本文20ページを30～40分で読んだらどうだろうか。全体像はもちろん、その部分の概要の再現さえ、むずかしかっただろう。

逆に、はしがきと目次などで本の大枠を理解してから本文を読めば、全体の文脈の中に位置づけられる文面は楽に理解でき、記憶にも残りやすくなる。このように、速読でも精読でも、最初に全体像をつかむことは大いに役立つ<sup>[註6]</sup>。

### 3.5 本は自分で選択する

本は、強制されずに自由に選ぶと、読む意欲が高まり、集中して速読しやすくなる。それは、内容に興味があり、楽しめるからだけではない。本を自主的に選択したという事実が主体的な読みを後押しするからである。

また、自分にとって意味のある本を短時間に選ぶには、まさに速読のわざが試される。ある学習者は、魅力的なタイトルだけに惹かれて本を選んだところ、つまらない内容だったせいで、集中して読み進むことができず、苦勞する羽目になる。しかし、その後は、タイトルに騙されまいと、目次やはしがきを真剣に速読し、中身も手早く確認する練習を重ねる。その結果、回を重ねるごとに、情報を効率的に読み取る技術を磨いて、納得のいく本を選択できるようになるとともに、15分で全体像をつかむ速読力も向上させていく。速読の訓練は、本を選ぶところから始まるのである。

なお、表3からわかるように、学習者はむずかしそうな新書はほとんど選んでいない。難解な内容では速読練習には適さないので、狙い通りである。

### 3.6 把握内容を帰宅後に文章化し、授業で発表する

把握した内容をその場でメモせず帰宅後に文章化する意味は大きい。メモをとらなければ、把握した内容を記憶にとどめる意識を強く持って読み進むので、集中力が高まる。そして、帰宅後の文章化は、自分のことばで全体像を再構成して、知識として定着させるのに役立つ。そうした意義は、議論の中で徐々に浮き彫りにすれば、学習者自身が納得し、今後の動機づけになる。

本の要旨は、文章化したものを提出させる前に、他の学習者に披露させる。全員分のタイトルを確認してから、数人に内容を発表してもらおう。単に文章を読み上げるのではない。話し言葉で説明しなおすように求める。口頭でわかりやすく伝えようとしてこそ、把握内容を再度噛み砕いて相対化することになる。

第1回授業では、事前準備のない発表であるからやさしくはない。ところ

が、発表者は5人全員、手元の資料を参照せずに、各々2冊の本の概要を滞りなく説明できる。そのすばらしさを本人たちに実感してもらい、褒める。そして、今後は、人に説明することを前提に本を読むように促す。

表3 学習者が速読した新書（「立ち読み3」までに選択したもの）

学習者	書名	著者	新書名
A	哲学の謎	野矢茂樹	講談社現代新書
	まじめの罖	勝間和代	光文社新書
	面接ではウソをつけ	菊原智明	星海社新書
B	プレゼンテーションの技術	山本御稔	日経文庫（新書版）
	「すみません」の国 マヤ文明	榎本博明 青山和夫	日経プレミアシリーズ 岩波新書
C	FBI式 人の心を操る技術	ジャーニーン・ドライブアー	メディアファクトリー新書
	心理学とは何なのか 介護不安は解消できる	永田良昭 金田由美子	中公新書 集英社新書
	パンダ外交 TPP亡国論 脳に悪い7つの習慣	家永真幸 中野剛志 林成之	メディアファクトリー新書 集英社新書 幻冬舎新書
D	少年社会日本	山田昌弘	岩波新書
	男はなぜ化粧をしたがるのか	前田和男	集英社新書
E	消費税をどうするか	小此木潔	岩波新書
	新・墮落論 我欲と天罰	石原慎太郎	新潮新書
	ローマ人に学ぶ 夢を実現する7つの力	木村凌二 坂東眞理子	集英社新書 ロング新書
G	コンビニだけが、なぜ強い？	吉岡秀子	朝日新書
	記憶の整理術	榎本博明	PHP新書
	女装と日本人	三橋順子	講談社現代新書
H	サイバー経済学	小島寛之	集英社新書
	わかるとはどういうことか ゾウの時間、ネズミの時間	山鳥重 本川達雄	ちくま新書 中公新書
	明日のテレビ サバイバル時代の海外旅行術 なぜ人を殺してはいけないのか	志村一隆 高城剛 小浜逸郎	朝日新書 光文社新書 新書y
J	環境共同体としての日中韓	寺西俊一	集英社新書
	くたばれ就職氷河期 ワールドカップは誰のものか	常見陽平 後藤健生	角川SSC新書 文春新書
K	生き方の不平等	白波瀬佐和子	岩波新書
	1分で大切なことを伝える ドナルドダックの世界像	竹田恒泰 小野耕世	PHP新書 中公新書
	新書がベスト	小銅弾	ベスト新書
L	暴言で読む日本史	清水義範	メディアファクトリー新書
	社会学の名著30	竹内洋	ちくま新書
M	関係する女、所有する男	斎藤環	講談社現代新書
	金正日と金正恩の正体 宇宙就職案内	李相哲 林公代	文春新書 プリマール新書
	聞く力 心をひらく35のポイント	阿川佐和子	文春新書
N	愚の力	大谷光真	文春新書
	テレビ報道の正しい見方	草野厚	PHP新書

### 3.7 明確な目的意識で、能動的な読みを可能にする

目的意識は動機づけになる。本の内容を人に説明するという目的を意識しながら読むことは、能動的な読みを促し、集中力を高める。第3回授業では、宿題2と宿題3を振り返って、それが実感できている。

だが、動機づけには工夫がいる。毎回一人ずつ発表させては、聞く側が退屈する。そこで、第3回授業以降は、タイトルだけ全員分を確認した後は、ペアを組ませ、相手にわかりやすく説明するように促す。聞く側にはメモをとらせ、評価させ、何人かには発表もさせれば、インセンティブは格段に高まる。また、宿題4のように、単に説明するのではなく、本の魅力を宣伝する材料を集めることにすれば、さらに強い動機づけになり、能動的な読みが実現する<sup>[註7]</sup>。

そもそも読書の目的は何か。第1回授業で問いかけると、「新しい情報や知識、考え方を獲得する」「内容や文章を味わう」などの目的が即座に確認できる。また、想像力や思考力の鍛錬、自己発見、自己形成、自己変革という目的も考えられる。それら抽象的な目的を意識するだけでも、一定の動機づけにはなる。

だが、何か具体的な知識や情報、目前の課題の解決策を求めるのなら、動機づけは一層強くなる。通常、私たちは目的を強く意識せず、漫然と読む。もし明確な目的意識があるなら、より集中して能動的に読める。そして、その時、読むスピードは自然に速まる。実際、学習者自身がこのメカニズムに気づき、課題をこなす中でしっかり意識して実践すれば、大きな効果が実感できる<sup>[註8]</sup>。

### 3.8 深く批判的な読みの手法を駆使する

深く批判的な姿勢も能動的な読みを促す。第2回授業で、「深く批判的に読むとは？」という問いを学習者に投げかけてみる。「書いてあることを疑う」、「批判的な気持ちで読む」に続いて、「知りたい情報を探し出す」や「筆者の主張を探り出す」なども、読んだまま受け入れるのではない点で批判的であることが確認できる。その際、筆者の主張を「知る」や「理解する」ではなく、「探し出す」という積極的な姿勢なら、広い文脈に照らして、言外の意図まで読み取れそうなことに気づかせる。さらに、「筆者に問いかけて対話する」イメージを持つことや「短い書き込みを残す」ことなども批判的な読みであると指摘する。

その後の授業でも、折に触れて議論し、様々な手法を具体的にイメージし、実践を通して意識を強化する。それらを整理すると表4ようになる。

表4 深く批判的な読みの手法（タイプ別）

タイプ	手法	
関連付け系	(1) 全体像を意識する (3) 要約しながら進む	(2) 他の部分と関係づける (4) 骨組みに肉付けする
価値獲得系	(5) 知りたい情報を探し出す (7) 疑問を持ち、答えを探す (9) 必要なものを吸収する	(6) 筆者の主張を探り出す (8) 先を予測し、確かめる (10) 不要な内容は飛ばす <sup>[註9]</sup>
純粹批判系	(11) 書いてあることを疑う (13) 情報操作に気をつける	(12) 別の可能性を考える (14) 筆者の意図を意識する
立場堅持系	(15) 立ち位置を決めて進む (17) 反論材料を探す	(16) 自分の主張の論拠を集める (18) 賛成の理由を探す
筆者と対話系	(19) 筆者に問いかけ対話する	(20) 筆者に喧嘩を売る
手動かし系	(21) 短い書き込みを残す	(22) マインド・マップを描く
ワクワク系	(23) 意外性や驚きを楽しむ	(24) 好奇心のアンテナを張る

「関連付け系」は理解しやすい。読んでいる部分を全体や他の部分と関係付ければ、その部分の理解が深まるとともに、内容が統合されやすく、要約にもつながる。それは、骨格に肉付けをしていくイメージと重なる。

「価値獲得系」は、「生きるための糧を獲得する」という読書の究極の目的に直結する。その意味で、疑問を持った後に「答えを探す」ことや予測した内容を「確かめる」プロセスは欠かせない。宿題5と宿題6では、予測手法を試し、教室で感想を報告しあう。予測すると早く先が読みたくなり、その確認における能動性は集中力と吸収力を高め、当たっても外れても、強い印象を残す。効果を実感した学習者は、予測手法を積極的に取り入れるようになる。

「純粹批判系」の項目のうち、情報操作や筆者の隠れた意図は、具体例を挙げて意識化する必要がある。第6回授業の課題では、同じ事実を綴る記事2本を比較して、印象の違いを実感させ、読者誘導の表現に注意するように促す。

「立場堅持系」では、立ち位置を決めて進む感覚がつかめれば、他の3つの手法もむずかしくなく、実際に数人の学習者が実践している。

「筆者に問いかけ対話する」手法は、「価値獲得系」の「疑問を持ち、答えを探す」のとは質的に異なる。人間は社会的な生き物である。生きた人格とのやりとりが意識できると、そこで得られた答えは筆者という人格に統合され、強く記憶に残る。説明に納得すると、学習者はこの手法を喜んで実践する。

「意外性や驚きを楽しむ」や「好奇心のアンテナを張る」などの手法は、ワクワクする気持ちで他の手法の質を高めることから、「ワクワク系」とした。

表中の手法すべてを同時に使うことはあり得ない。どの手法を実際に採用するかは、本の内容、目的や状況に応じて、その都度、主体的に選ぶことになる。

### 3.9 読み方を能動的に制御する感覚を磨く

速読にかぎらず、効率的な読書を目指すなら、目的に合った手法を主体的に選ぶ姿勢が重要である。急いで特定の情報を探すならスキミングが適しているし、大まかな内容ならスキミングがよい。双方が必要なならスキミングとスキミングを組み合わせる。一方、どうしても精読が必要な場合もある。批判的な読み手法のどれかを選んで読み始め、途中で読み方を柔軟に切り替えることもある。読み方を速やかに選択し、自在に制御する醍醐味は格別である。

しかし、強い自覚がなければ、制御はむずかしい。実際、1冊の概要把握に25分かけた宿題3では、15分の時ほど把握できないのを多くの学習者が体験する。それは、余裕ができて気が緩み、普通の読み方に戻り、全体把握ができなくなるためとわかる。逆に15分の時より多くを把握した者は、まず15分で大枠を把握し、残りの10分を肉付けに使う形で、厳しく読み方を制御している。また、15分の全体把握の後、1章を20分で読み取る宿題8でも、速読力が高いはずの教人は強い興味が湧いてじっくり読み始め、時間切れになる。精読を自ら選んだのではなく無自覚に流された点が問題だと学習者自身が気づく。深く批判的な読みも、さじ加減を間違えると、際限なく時間を要する。

ではどうするのか。まず、骨組みを15分でつかむ。次に、肉付けに使える時間を見極め、批判的な読み手法のどれを使用するか決定し、集中して読み進む。事前に、読み方を上手にコントロールする自分を鮮明にイメージしておくといよい。試行錯誤の中で、うまくできたときの感覚を反芻・強化し、イメージ・トレーニングすれば、読み方を能動的に制御する感覚が研ぎ澄まされていく。実

際、コース終盤で、時間内にうまく内容把握ができる者が大幅に増えている。

### 3.10 多様なタスク読解で読み方の多様性を実感する

宿題だけでなく、教室内で課される多様なタスク読解も、読み方の多様性を具体的に実感し、能動的に読み方を制御する感覚を磨くために役立つ。

タスク読解1では、約1,500字の本文を読んで11問に答える。時間は15分で打ち切るが、間に合わないのので、次の授業で3分延長する。タスク読解2は約1,800字に増えるが、事前に問いを確認しておけば、15分で終了できることを大半の学習者が体験する。だが、設問を読んで答えを書く時間を考慮しても、読む速度は、タスク読解2でも1分150字程度なので、速読とは言えない。

それに対して、タスク読解3では、15分で約4,500字を読み、4問に答えているので、分速400字以上と推定される。なぜそれができたのか。それは、タスク読解3は、タスク読解1や2のような物語文ではなく、飛ばし読みでも質問に答えられる論説文であるためだと、議論を通して学習者自ら納得する<sup>[註10]</sup>。

タスク読解4では、読んだ内容にかかわる意味ある問いを自ら4問作成する。20分で10,000字を読んで作問であるから、大半の学習者はスキミングが必須だと気づく。スキミングしなければ、前半部分についての作問しかできない。

タスク読解5では、10,000字を15分未満で読んで10問に答える必要があるのので、スキミングとスキミングを併用してもこなしがたい。しかし実際には、大半が時間内に答え、8割以上が正解なので、速読に成功していると言える。

そのほか、タスク読解6～8でも、具体的な目的を強く意識すると読み方が自然に変わることを学習者は実感することになる。

### 3.11 要点、筆者の主張、談話構造を示唆する表現に注目する

宿題10では、要点や筆者の主張、談話構造を示唆する表現（接続詞、副詞、文末表現）を列挙する課題を課す。表5は、教室で議論した項目の例である。

要点や筆者の主張、段落間の関係や談話構造が見えると、内容が正確に速く読み取れ、先が予測でき、記憶にも残りやすく、非常に有益である。しかし、個々の言語サインにこだわりすぎると、短時間に全体像を把握する習慣が定着しにくくなるので、全体像把握の習慣ができてから提示するのが望ましい。

表5 スキーマ指示サインの例

表現	サインの内容
つまり、すなわち、要するに、したがって、このように、以上、～がわかる、～ことになる	まとめ、結論、要点を述べる
確かに、一般には、もちろん、当然、理論的には、～と言われている、と考えられている	筆者以外の視点や一般論を提示、しばしば筆者の論点が続く
しかし、だが、実際は、ところが、かえって、むしろ	前の内容を否定して、筆者の主張を述べる可能性が高い
～のだ/～のではないか	筆者の主張、話の核心を提示
さて、ところで、そこで、では、しかし	話題の分岐を示す、問題提起する
必要だ、重要だ、問題だ	要点を述べる、問題提起する

### 3.12 認知力を総合的に鍛える

文字を追う速度が高まっても、増大した文字認識量を処理する認知力が追いつかなければ価値がない。「内容把握→記憶→文章化→発表」の流れで、理解・分析・記憶・再構成・伝達的能力を総合的に鍛えてこそ、速読力が大きく向上する。把握内容の発表に本授業が多くの時間を割いているのもそのためである。

ペアを組んだ相手から短い質問を受けながらの発表や、相手から聞いた内容をメモして評価したうえで全員に紹介する作業は、様々な能力を駆使する集中力を培う。しかも、学習者がスリルを感じ、ワクワクする作業なら、柔軟な思考で自由に想像力や創造力を働かせることにもつながる。実際、このペアでの発表の時間は、明るい雰囲気の中で学習者の目が輝き活気に満ちている。

本の前半を読んで後半を予測する宿題5～6や、ある章の後半を読み前半を推測する宿題14～15、上下反転させたテキストを読む第13回授業の課題も、ゲーム感覚の楽しい実践が脳の活性化・柔軟化と認知力の向上を促す。

以上、総合的な認知力の向上で速読力が大きく伸びれば、高まった速読力がさらに認知力を刺激するという好循環が生まれる。

### 3.13 模索と発見のプロセスを楽しみ、リラックスして集中する感覚をつかむ

本授業では、自分の潜在力を自覚させることから始め、課題を課した後には、必ずその感想を確認している。できたかどうか、成功や失敗の理由は何かな

ど、学習者が自らの読みを振り返り客観的に分析することを促し、その発言に耳を傾け、学習者同士の議論も重視している。模索と発見のプロセスをゲームのように楽しみ、見出した知見を次の課題に生かせば、大きな成果が得られる。

第3回授業では、このゲームのような楽しさ、スリルやワクワク感があれば、リラックスして集中できることを確認する。第4回授業では、リラックスのための方法として、深呼吸、ストレッチ、瞑想、音楽、イメージ・トレーニングなどが有用であることを議論の中で明らかにしている。

だが、真剣に訓練に取り組むあまり緊張しすぎる学習者が時にいる。その場合、訓練内容はいったん忘れて、気楽な気持ちで好みの本を一冊選ぶことに集中して「リラックス集中」の感覚をつかんでから訓練に戻るよう促すとよい。

## 4 速読学習モデル

以上、限られた時間内に必要な情報を選択的に読み取り、深く批判的に読む意識と技術を根付かせる方法について考えてきた。そこで扱った主要要素間の関連メカニズムは、図1のように、「速読学習モデル」としてまとめられる。

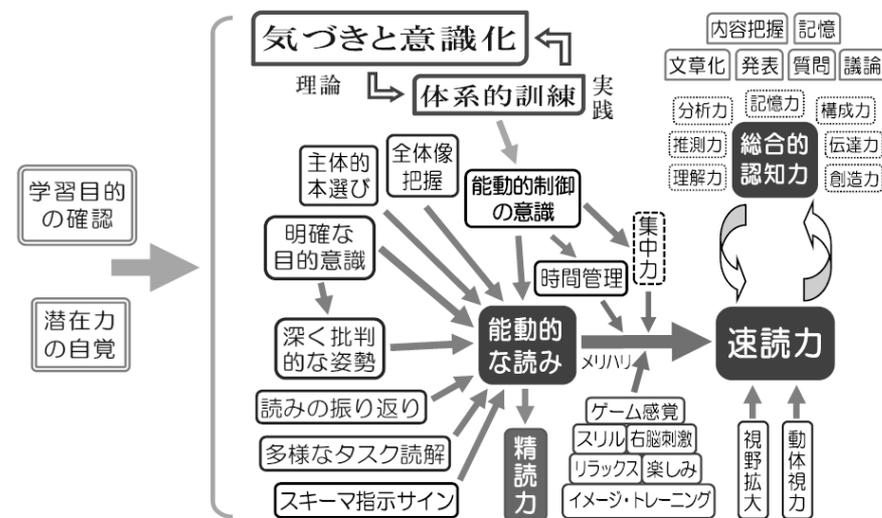


図1 能動的読みへの気づきと意識化に重点を置いた速読学習のモデル

## 5 おわりに

本授業の要の「気づき」の感度と「意識化」のレベルは、「超級」の学習者だけでなく上級前半の学習者まで、母語話者以上と思えるほど高かった。それは、母語話者よりも日本語を意識的・客観的に学んできた彼らが「意識化」に有利な立場にあったためだろう。

なお、教師の目の行き届かない教室外課題において、指示が守られていたかの不安は、4年目授業の最終回に解消された。時間制限などを宿題14回中3回以上守らなかったのは、わずか3人であったのである<sup>[注11]</sup>。

今後は、これまでの分析をもとに、上級学習者用の標準的速読学習シラバスを開発する一方、それが中級学習者にも応用可能かを探りたい<sup>[注12]</sup>。

### ★教室内で速読教材に使用したテキストの出典

- ・「誘拐」：星新一著『ボッコちゃん』
- ・「来訪者」：阿刀田高著『ナポレオン狂』
- ・「なぜ宗教」：上田紀行著『宗教クライシス』第1章
- ・「テロリスト」：A・ミンデル著『紛争の心理学』第6章
- ・「日本の犯罪率」：浜井浩一著『2円で刑務所、5億で執行猶予』第1章
- ・「ネットワーク分析の本質」：安田雪著、『一橋ビジネスレビュー 2009AUT』
- ・「孤立、命絶った教師」：『朝日新聞』2010年7月19日
- ・「根の力」：『Nikkei Business Style』2010年8月号

<一橋大学>

### 注

- [注1] …… 森田愛子（2009）は、眼球運動と視野拡大の訓練、ひたすら素早く読む訓練に一定の効果を認め、特に視野拡大の訓練の効果が大きいとする。だが、難易度が高い文章では効果が低く、それは理解に時間がかかるためと推測する。
- [注2] …… 2009年度～2013年度の5年間、毎年1学期計5学期担当。1学期は90分授業が14～15回である。ただし、2009年度は授業の半分を費やしたにすぎず、2013年度は本稿執筆時に分析できたのは第10回までである。
- [注3] …… 伊藤氏貴（2011）の目次の一部を配布し、それがどのような本かを考えさせ、深く読む場合には、速さにかかわらず、共通の要素があることを確認した。
- [注4] …… 4年目の結果を受けて5年目で新たな試みを施したが、本稿執筆時にコースはまだ終了しておらず、コース全体の評価ができないため、記述から外した。
- [注5] …… 記録には、紙媒体の資料と各授業の録音データ、授業後のメモを使用した。
- [注6] …… 大枠は不完全でいい。漠然としたイメージや雰囲気をつかむだけでも意味がある。何より、後から穴を埋め、肉付けするプロセスが大切である。
- [注7] …… さらに、読んだ本の内容を友人に話す、読書サークルを利用する、ネット上で書評を書くなどの方法もあると、学習者から指摘されることも多い。
- [注8] …… それは、教室内の議論や感想文で明らかになっている。
- [注9] …… 「必要なものを吸収する」ための余裕を生むので、「価値獲得系」に分類。
- [注10] …… 小説は、立ち読み課題から外し、速読練習に適さないことを確認する一方、速読力が高まれば、集中して速く読めるようになると告げている。（授業1）
- [注11] …… 教師が後ろを向き、学習者に人数を教えさせて、干渉要因を排除した。
- [注12] …… 「読み返さなくてもすぐ理解できるようになった」と表明した上級前半の学習者が複数いることから、中級学習者への応用可能性はあると推測できる。

### 参考文献

- 伊藤氏貴（2011）『奇跡を起こすスローリーディング』日文新書  
三浦昭・岡まゆみ（1998）『中・上級者のための速読の日本語』The Japan Times  
森田愛子（2009）「大学生における速読トレーニングの効果の検証」『広島大学心理学研究』9, pp.159-170.

