

## 「どうせ無理」を「やってみよう」に

校長 相川 保 敏

現代社会において、子どもたちは多くの情報や評価にさらされながら生活しています。学習や運動、友人関係、習い事など、さまざまな場面で比較や評価を意識しやすくなり、うまくいかなかった経験が重なることで、「自分はがんばっても変わらない」「どうせやっても無理だ」と感じてしまうことがあります。

こうした状態は心理学で「学習性無力感」と呼ばれています。自分の行動と結果とのつながりを実感しにくくなることで、意欲や挑戦する気持ちが弱まっていくとされています。日本の子どもたちには、諸外国と比べて自己肯定感が低い傾向が見られること、また不登校の背景として「無気力・不安」が大きな割合を占めていることも指摘されており、子どもの心の育ちを支える大人の関わりが、これまで以上に重要になっています。

学習性無力感に陥った子どもは、単に「やる気がない」ように見えるだけではありません。その背景には、失敗することへの強い不安や、うまくできない自分を見られたくないという思いが隠れていることがあります。そのため、課題に取り組む前から「やらない」と言ったり、難しそうなことを避けたり、分からなくても質問しなかったり、途中で投げ出したりするなど、失敗を恐れて回避する行動が見られることがあります。これは怠けているのではなく、失敗を一時的な出来事ではなく、「自分には力がない証拠」と受け止めてしまっている状態と考えられます。失敗の経験が重なるほど、子どもは挑戦することそのものを避け、安全にできることだけを選ぶようになります。その結果、自ら成長する機会を狭めてしまうことにもつながります。

こうした状態を和らげるためには、学校と家庭の双方で、子どもに「やれば少し前に進める」という感覚を育てていくことが大切です。そのためには、結果だけでなく、努力や工夫、粘り強さ、助けを求めたことなど、過程に目を向けて認める関わりが求められます。

本日、通知表をお配りしました。評価の結果に目が向きがちですが、通知表は、子どもを他者と比較したり、その価値を決めたりするためのものではありません。今学期の学びや成長を振り返り、次の目標や課題を見つけるための手掛かりとなるものです。その背景

には、子ども一人ひとりの努力や工夫、挑戦の過程があります。そこに至るまでの歩みに目を向け、次につながる声かけをしていただくことが、子どもの自己肯定感や挑戦する意欲を育てることにつながります。

私たち大人が育てていきたいのは、単に失敗しない子どもではなく、成功体験にも失敗体験にも学びを見だし、自分で次の行動を考えられる子どもです。文部科学省では、「自己調整学習」について、子どもが自ら目標を設定し、学習方法を選び、自身の学習過程や結果を振り返り、次の行動につなげていく主体的な学びであると示しています。すなわち、成功したときには「どのような工夫がよかったのか」、うまくいかなかったときには「何を変えればよいのか」を自分で考える力を育てることが重要です。そのためには、大人が答えをすぐに与えずに、子ども自身が振り返り、自分の成長を確かめ、次への見通しをもてるよう支える必要があります。大人が先回りしすぎて考える余地を奪うことも、子どもの自力感を弱める一因となります。成功体験は自信につながり、失敗体験もまた、次の工夫や挑戦への大切な材料となるのです。



夏休みは、日々の評価や比較から少し距離を置き、子どもが自分自身の歩みを見つめ直しやすい時期でもあります。課題だけでなく、お手伝いや読書、工作、料理、運動、

自由研究などを通して、「やってみたらできた」「前より少し成長した」と感じられる経験を積みせるとともに、「次はどうしたいか」を考える機会を大切にしたいものです。

一学期の間、様々な面からご支援、ご協力をいただきありがとうございました。子どもの「どうせ無理」を「やってみよう」に変え、さらに「次はこうしてみよう」と自ら行動できる力へとつなげていけるよう、この夏も学校と家庭が力を合わせて支えていきたいと思っています。よろしくお願いいたします。