

## 序文

### (1) この表の位置付けについて

2枚目以降の表は、各教科の学びの要素を必ずしも網羅したものではありません。「教科固有の目的・役割を担い、固有の特性・条件のなかで独自の実践」をされてきた右記の7人の先生方が、学びに対する思いや工夫をそれぞれに出し合い、それらをグルーピングした結果、できあがったのが、2枚目以降の表です。

さまざまな教科の先生が「目指している学び」と「そのための授業の工夫」について情報を出し合うことで、「教科を越えて共有できる学び」を探りました。

国語	山崎茂雄先生（稔ヶ丘高校 東京・都立）
情報	須藤祥代先生（葛飾総合高校 東京・都立）
英語	高橋一也先生（聖学院中学高校 東京・私立）
社会	吉田英文先生（稔ヶ丘高校 東京・都立）
理科	石川真理代先生（戸山高校 東京・都立）
数学	三原直也先生（関東第一高校 東京・私立）
美術	浅野吉英先生（西宮今津高校 兵庫・県立）

### (2) この表のヨコ軸のカテゴリーについて

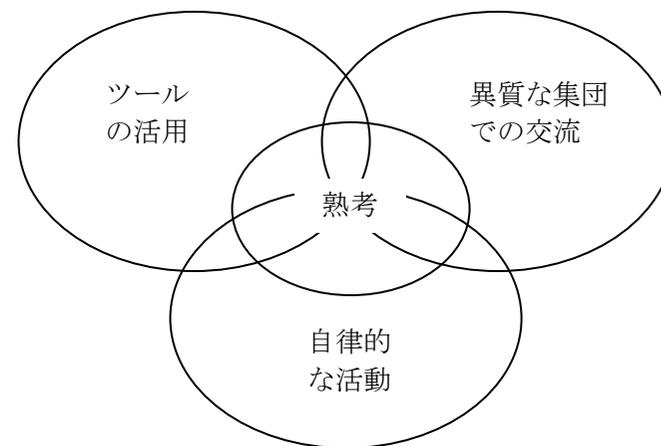
表のヨコ軸は、先生方が「目指している学び」と、そのための「授業の工夫」に分けました。

また、「授業の工夫」についてはさらに2つに分類しています。一つは、教科書や参考書などの「学習コンテンツ（学習内容）」の活用。もう一つは、例えばグループワークや問題解決型学習を取り入れたアクティブラーニング型(※1)授業にするなど、「学習プロセス（学習活動）」の工夫です。

### (3) この表のタテ軸のカテゴリーについて

表のタテ軸は、生徒に「知ってほしい・考えてほしい」分野と、「能力や行動特性を伸ばしてほしい」分野に整理しました。ただし、これはあくまでもグルーピングのための便宜上のもの。先生方からは「それらは実際は切り離せず、相互作用的に高まるものではないか」という指摘がありました。理科や社会の「知識」を身につけてこそ、「科学的に物事を見る力」や「社会問題を思考する力」も高まる、といった具合に。

また、「能力・行動特性」の細かい分類は、OECDのキーコンピテンシー(※2)の概念を参考にしました。しかし、キーコンピテンシーも本来は右図のように、各領域が重なる形で示されるものであり、完全には切り分けられないことを補足しておきます。



目指している学び		授業の工夫	
何を学んでほしい？ なぜそれを学んでほしい？		そのために教科書ほか どんなコンテンツを使う？	そのために学習活動、 プロセスをどう工夫する？
知 識 ・ 概 念 を 理 解 し て ほ し い	<b>英語</b> 学ぶとはどういうことか 学びは主体的に行うもので、社会参加にもつながると感じてほしい		協働学習でアウトプット、多重知能理論(※3)に基づく、言語ほか絵や音楽や体を使った学び
	<b>国語</b> 望ましい学習観(※4) 自分が意義を感じられる活動をし、人生をつくっていくために必要	新聞の社説(事実と意見を区別し、主題文を見つけていくための題材)	事実を囲んで意見と区別し、文章の構造がつかめる体験をし「意味理解志向」の学習観を養う
	<b>英語</b> ことばとは何か ことばがなぜ重要か考えてほしい(人間は記号で物事を認識・理解)	例)中3英語L8“English for me”を拡張、霊長類と人間の言葉の違いについて生徒が調べる	生徒同士または教師と生徒の Discussion(議論)や Dialogue(対話)を、授業で重視する
	<b>理科</b> 科学とは何か 科学とは何かを知った上で学習すると、科学への理解が一層深まる	「実証性」「再現性」「客観性」を満たしているのが科学であることを文章で提示	問題解決型学習(※6)とふり返りで、実証性・再現性・客観性とはどういうことか理解を深める
	<b>情報</b> ICTリテラシーとは(※5) /メディアリテラシーとは 知識基盤社会で生きるにあたり、リテラシーの重要性を知ってほしい	教科書・副教材 マスメディア(新聞・TV等)、Webページ	リテラシーについて、生徒がソーシャルリーディングや Dialogue で学習。クロスチェック実践
	<b>美術</b> 創造とは何か 創造的に思考できると、何にでも応用が効く	カンブリア爆発(競争相手のいない領域の爆発的進化)、具体美術・吉原「人のやらないことをやれ」	W イメージの作品制作(2つの視覚イメージを重ねた時におこる感じたことのない味わいを作る)
	<b>社会</b> 現代社会の理解に必要な概念 日常生活では身につかない概念の理解も、市民社会の実現には必要	現代社会と関連させた内容(産業革命にコンビニのバイトの話をも絡める等)、映像資料でイメージ	「封建制」「資本制」などの概念を図示することで、生徒が理解を深めやすいようにする
	<b>理科</b> 科学の基礎的知識・理解 小中高の理科の基礎知識・理解が科学的な見方や考え方の基礎となる	教科書、資料集全般、問題演習、文献(論文)	ドリルやワークによるくり返しの反復練習、読書活動、資料の読み込み
	<b>数学</b> 知識欲が満たされる喜び 知識を欲しがり、得るのを楽しんでこそ物事を深く理解できるから	参考書(教科書の例題+α)	創作活動(めん棒の多面体作り等)から「うまく作るには？」など生徒の「知りたい」を生む
	<b>国語</b> やったらできた、やればできるという自信 自分の存在を肯定できてこそ、やりたいことや社会参加に踏み出せる	教材(小説や論文)の選定基準→生徒の学力に即して、狙うプロセス(読めた等)を体験できるもの	認知のしくみ等を踏まえて読解や要約のステップを整備、苦手な生徒も活動できるように
	<b>美術</b> 声をあげていいこと モヤモヤでも声をあげてこそ、個人や社会の課題は輪郭を現すから	抽象表現主義の作品やアールブリュットの作品、現代アート、岡本太郎『壁を破る言葉』	授業において、対話による鑑賞、ブレインストーミング、発表(プレゼン)等を重視する
	<b>国語</b> 共同で何かを達成する喜び 「自他肯定感」をもつ体験が、社会の中で生きていく基盤となる	チームによるプレゼンやディベート対戦の学習に活用できる資料集	プレゼンやディベートの心理面での抵抗もスモールステップで自然と越えさせる学習プロセス
<b>社会</b> 常識がくつがえされる驚き 時の権力者や政治家等の言説に惑わされず、常識を疑ってほしい	生徒の常識(思い込み)。例)国民は憲法に従うもの(実際は憲法は国民側が国家を制約するもの)	授業観察や生徒のコメントから把握した生徒の常識を、史料(資料)+問いかけでくつがえす	
<b>情報</b> 情報社会の光と影 ITは便利だけでなく、知らぬ間に加害者・被害者になる恐れがある	Web ページ、ニュース、「情報モラル」「情報社会の法」「問題解決学習」の単元	情報の鵜呑みや安易な情報発信の危険性を、生徒がグループで協働で調べ、考え、発表する	

知  
っ  
て  
ほ  
し  
い  
・  
考  
え  
て  
ほ  
し  
い  
(  
一  
)

知  
識  
・  
概  
念  
を  
理  
解  
し  
て  
ほ  
し  
い

こ  
の  
喜  
び  
や  
怖  
さ  
を  
分  
か  
ち  
合  
い  
た  
い

**何を学んでほしい？  
なぜそれを学んでほしい？**

**そのために教科書ほか  
どんなコンテンツを使う？**

**そのために学習活動、  
プロセスをどう工夫する？**

知ってほしい・考えてほしい(2)

「」の点を自分で探究してほしい

<b>国語</b>	できないと思ったこともできるようになるという体験 これが積極的に人生を切り開いていくための力になる
<b>英語</b>	自分の価値観を知ること 自分の価値観なしに議論はできない+自分の価値を信じてほしいから
<b>美術</b>	マイテーマを見つけること 大切に思えるテーマは社会にかかわる(進路含む)手がかりになる
<b>社会</b>	ダブルバインド(矛盾)にどう向き合うか 社会は矛盾が多いが、塞ぎこまず思考停止もせず、向き合してほしい
<b>理科</b>	科学と他分野のつながり 科学的な見方や考え方を実社会で生じる問題解決に応用してほしい
<b>数学</b>	論証による新しい「美」 いまなお未知にあふれた数学のもつ「美」を探究し続けてほしいから

「国語表現」におけるスピーチの学習	スピーチ学習のプロセスにおいて、技能面と同時に、心理面でもスモールステップを工夫
例) 中3英語 L6 “Martin Luther King Jr” で世界の人種差別を調べ、生徒が解決策も考える	授業で学んだことに対してどんな立場を取るか問い、生徒の答えに肯定的即時フィードバック
岡本太郎『壁を破る言葉』、谷川渥『芸術をめぐる言葉Ⅰ・Ⅱ』で芸術家の精神に触れ続ける	選ぶ・人に出会う・現場に行く機会の創出、マンガラート(※7)で生徒が興味ある世界を広げる
まずは生徒に身近な事例を示す 例)「まだ子どもだから」「もう大人なんだから」の矛盾など	最終的に「正答」は無い。だからこそ考え続けることが大切、と学ばせたい
科学者をはじめ専門家等と協力し、生徒の探究心を向上させる題材を提供	課題研究の授業等で、研究の社会への影響、プレゼンのスタイル(日本語・英語)も生徒が考える
背理法、数学的帰納法	数学の「美」にふれる活動(素数が無限にあることの証明、2乗数の分割等)

何を学んでほしい？ なぜそれを学んでほしい？		そのために教科書ほか どんなコンテンツを使う？	そのために学習活動、 プロセスをどう工夫する？
ツール（情報・言語・テクノロジー等）の活用	<b>数学</b> 懐疑的なものの見方 根拠の追求もせず物事を信用すると危機に陥りかねない時代だから	生徒にとって答えの見えない問題。ペントミノ（正方形5個を並べた図形）の種類を探る等	探求的活動。ペントミノがいくつあるか考え、導いた結論を「まだない？」とさらに疑う等
	<b>理科</b> 科学的な見方や考え方 科学的な見方・考え方によって根拠に基づき自分で判断・行動できる	指導者が実現性・再現性・客観性に関する評価項目を設定(生徒が自己評価・相互評価に活用)	グループワークで、生徒同士で自分たちの考えに実証性・再現性・客観性があるか話し合う
	<b>美術</b> 見る力・描く力 存在をとらえようとする目を鍛えると観察力が鋭くなり知性が高まる	「写実を徹底的に重視する画家」に授業をしてもらう	クロッキーやデッサン。対象を記号として認知するのではなく、存在そのものをとらえていく
	<b>社会</b> 物事を「軸」で整理する力 「わかる」は「分ける」こと。「分析」の視点を得てほしいから	例) 幕末政治史（薩長、朝廷、幕府の各立場がわかりにくく、軸で整理するのに向いている）	複雑な情報（幕末の各勢力の立場等）を、デカルト座標（直交座標等）で二軸に分けて整理
	<b>数学</b> 類推する力 ものづくりや開発で、新たなものを創造する時に不可欠な力だから	三角比の表、筆算などでは求められないテクノロジー（電卓や計算アプリ）によってわかる解	情報を読み取る活動（表や解に示されたデータから他にも適用できる法則を考える等）を行う
	<b>情報</b> ICT リテラシー 表現に対する理解・解釈・分析、記述・表現の力はベースとして必要	「メディアの特徴」「情報モラル」「情報の表現と伝達」等、すべての教科書の単元が役立つ	情報分析や読解を、思考ツール(※7)やソーシャルリーディング等でプロセスを可視化して実践
	<b>社会</b> 文章を読む力・書く力 文系学問の基礎は、文章（ドキュメント）を読むことだから	教科書や文献・論文の抜粋、当時の資料、新聞記事など多種多様な文字資料を読む	生徒が読み書きを、論理的文章の型（論文なら問い・答え・根拠等）を学んだうえで行う
	<b>国語</b> ことばを使いこなす力 学ぶ・考える・表現する・コミュニケーションするための基盤だから	教科書等の現代文、古文、漢文	小説・論理的文章の読解プロセスの学習、型で書く小論文、古文・漢文の交互唱和練習等
	<b>英語</b> 言語能力やアウトプットの力 言語や身体表現など得意なコミュニケーションを得てほしいから		Discussion（議論）や Dialogue（対話）、スキット（寸劇）、演劇の発表などを授業で行う
	<b>情報</b> コミュニケーション能力 年齢や地域等の多様な人と交流して生きていく必要があるから		個人の学習を元にグループで dialogue をして協働学習。その活動を個人・グループでふり返る
	<b>社会</b> 考えを開示し、批判しあう力 社会構造の変化でコミュニケーションを求められる職や場が増えた	ディベートに向くテーマ（縄文と弥生、どちらが優れているか等）	ディベートを行ったり、生徒が自分で 15 分程度の授業内容をつくって発表したりする
	<b>数学</b> 論理的に説明する力 論理的に人に説明できると、お互いの理解を深めることができるから	練習問題。すでに習ったことから類推できる、生徒の誰もまだ解法を知らない新規の学習事項	得意・不得意など「理解の仕方の違う生徒同士」が、4人前後でグループ演習で学び合う
	<b>理科</b> 他者の意見を尊重し、協働する力 多くの人と意見交換したほうがよりよい解決策を見い出せるから		指導者が「多様な見方や考え方にふれることで解決できる課題」を考え、生徒がグループワーク
	<b>国語</b> 協働作業の中で自分の学習が深まる体験 学び合いの力を実感してほしい	小論文テーマの解説テキスト	小論文テーマの関心を共有して、チームで準備・発表するポスター・プレゼンテーション
	<b>美術</b> グループで討議する力 一人より多人数のアイデアのほうが優れ、共に考える行為は楽しい	スタンフォード大学の白熱教室 ティナ・シリグ教授の Eテレ	まずは対話を練習し、生徒同士が安心して話せる関係になったらグループワークや企画会議
<b>英語</b> 多様な人と共生・協働する力 今後は外国人をはじめ多様な価値観の人との共生・協働が問われる		グループ学習を基本とし、Discussion（議論）や Dialogue（対話）、寸劇、演劇を生徒が行う	

能力・行動特性を伸ばしてほしい(1)

異質な集団での交流

何を学んでほしい？ なぜそれを学んでほしい？		そのために教科書ほか どんなコンテンツを使う？	そのために学習活動、 プロセスをどう工夫する？	
能力・行動特性を伸ばしてほしい(2)	自律的な活動	<b>情報</b> ディレクション能力 社会ではトレードオフ(全部は得られない)の意識やタスク管理が必要	「問題解決学習」の単元 生徒個々に責任をもたせたチームで活動。タスクを可視化するツール(ガントチャート等)も使う	
		<b>国語</b> トライアル&エラーで学ぶプロセスの体験的理解 達成したことが自信になり、望みの実現にも近づく	ディベートに向くテーマ チームでステップを踏んで準備をするディベートの授業	
		<b>理科</b> 見通しをもって考え、計画・実行する力 学習や研究や仕事で「課題」に取り組む時に、必要になる力だから	教科書の「探究」活動の実施 課題研究や実験で、生徒が見通しをもって論理的に考え、予想や仮説に基づき計画を立て実行	
		<b>数学</b> 自分のやるべき問題を把握する力 今の自分の壁、限界を越えることができ、次のステップが見えてくる	問題集(家庭学習に使えるもの) 「自分のやるべき問題をやる」という家庭学習の指示。あとで生徒の個々の達成度を確認	
		<b>情報</b> 問題/課題解決能力 社会で自律的かつ主体的に生きていくために必要だから	「問題解決学習」の単元をベースに、すべての単元 プロジェクト型学習(※6)で、個々が役割を担いつつ思考プロセスを可視化しながらチーム活動	
		<b>美術</b> 当事者意識をもつこと 課題に自分が向き合う臨場感なしに問題解決のアクションは起きない	『べてるの家の「当事者研究」』を参考に自画像制作、グリーンズ編『ソーシャルデザイン』 プロジェクト型学習。地域で、「他者に向けた意味あるアート活動」を生徒が考えて実践	
	熟考・反省的思考	<b>英語</b> 学んだことへの責任感(アウトプットする姿勢) アウトプットしてこそ学びは社会参加につながり、学ぶ意欲も高まる		Discussion(議論)や Dialogue(対話)、リサーチ後に発表等、アウトプットの機会を設ける
		<b>情報</b> 社会に主体的に参画する態度 変容し続ける社会で主体的に生きていくためのベースになるから		プロジェクト型学習。擬似会社など社会の縮図的なチームで活動、外部の意見・評価ももらう
		<b>社会</b> 不当な社会に抵抗する力 社会問題には「適応」せず「抵抗」し、よりよい社会を築いてほしい	常識を覆されるテーマ(憲法と法律の違い)丸山真男『『である』ことと『する』こと』 教授、生徒の探究、討論等で、生徒が常識を疑うことや、権利を主張することを体験する	
		<b>数学</b> 本質を探る力 情報があふれる時代、上辺で判断せず自分で本質を探ることが大事		整理されていない板書から生徒がノートを作成模範解答から生徒が自分の考え方を見直す等
		<b>美術</b> 問う力/問い続ける忍耐力 自分の興味あるテーマを深め、持続させるうえで必要になる	作品制作において、今回の学習の評価基準を、ルーブリック(※8)を用いて事前に生徒に示す 作品が「できた」という生徒には「本当にできたと言えるのか」「何が完成したのか」を問う	
		<b>国語</b> メタ認知能力 自分の脳(認知システム)を使いこなしているという実感	小説教材 イメージを単位化して小説を読み進める「カットイメージ読解法」	
<b>英語</b> 反省する力/メタ認知能力 自分の成長や課題解決のためには、学びの課程を繰り返すことが大事		毎授業、生徒が Exit Ticket でふり返り(※9)、教師がコメントを返す形で形成的評価(※10)		
<b>社会</b> 省察する力 プロフェッショナルな職では目標設定→実践・省察→遂行が求められる		毎授業、最後に生徒がコンセプトマップコメント(※7)を書いてふり返り。教師がコメント返す		
<b>情報</b> レジリエンス(※11) 課題を乗り越えるにはレジリエンス(逆境・挫折からの回復力)が必要	「問題解決学習」の単元をベースに、すべての単元 プロジェクト型学習や、毎時間の振り返りシーートの記入・シェア。PDCA サイクルも学ぶ。			
<b>理科</b> 自己評価・相互評価をする力 客観的に自分や相手を評価できると、お互いに高めあっていける	教科書の「探究」活動の実施 生徒が自己評価・相互評価を記入、指導者が評価とコメントを返し、生徒は客観的に自己を見る			

## Keyword①

### アクティブラーニング

日本語訳は能動的な学習。中央教育審議会の『新たな未来を築くための大学教育の質的転換に向けて』の答申（2012年）では、アクティブラーニングを「教員による一方向的な講義形式の教育とは異なり、学修者の能動的な学修への参加を取り入れた教授・学習法の総称」とし、グループワークや問題解決型学習などを例にあげている。2014年11月には、文部科学相が中教審に次期学習指導要領の改訂を諮問、要望の一つとして、「主体的・協働的に学ぶ」アクティブラーニングの充実の検討を求めることも示された。

## Keyword②

### キーコンピテンシー

コンピテンシーとは、人事評価などに用いられている考え方で「成果に結びつく行動特性」のこと。ある職種で活躍する人に共通のコンピテンシーなどが分析されてきたが、OECD（経済開発協力機構）は1997年末～2003年のDeSeCo（コンピテンシーの定義と選択）プロジェクトで、「社会発展や人生に有益で」「重要な課題に対応するために必要で」「特定の専門家ではなくすべての人に重要な」コンピテンシーを選択し、キー・コンピテンシーと定めた。「ツールの活用」「異質な集団での交流」「自律的な活動」ができること、およびその核として「熟考」できることが、キーコンピテンシーとされている。

## Keyword③

### 学習スタイル① 多重知能理論

人間の学び方、学習スタイルには個人差があることが、さまざまな研究で明らかになってきている。その研究の代表例の一つが、高橋先生（英語）が授業に生かしている「多重知能理論」。米ハーバード大学のハワード・ガードナー教授が、人間の知能には、言語的知能、論理数学的知能、視覚・空間的知能、身体運動的知能など8つ以上の知能があり、どの知能が強いかは人によって異なると提唱した。学習スタイルに関連する研究については、英国の学習スキル研究センター（LSRC）も、提唱されたさまざまな理論・モデルの検討を行っている。

## Keyword④

### 学習スタイル② 学習観と学習動機

学習観とは「学習とはどうすることか」の捉え方で、その価値観は人によって違い、それが学習の成果を左右すると言われている。意味理解志向⇔暗記志向、過程重視志向⇔結果重視志向、方略志向（自分に合った学び方を探る）⇔学習量志向、失敗活用志向⇔環境依存志向などがある。また、「学習をしようとする動機」も人それぞれで、どうすればやる気になるかは個人差がある。心理学者の市川伸一氏は「学習動機」を、充実志向（学習自体が楽しい）、訓練志向（能力を高めたい）、実用志向（仕事や生活に生かす）、関係志向（他者につられて）、自尊志向（プライドや競争心）、報酬志向に整理している。

## Keyword⑤

### ICT リテラシー

ICTはInformation & Communication Technology（情報とコミュニケーションのテクノロジー）の略。リテラシーは元々は「読み書き能力」のことで、現在は「何らかの表現されたものを、適切に理解・解釈し、分析し、また記述・表現する能力」という意味をもつ。総務省の情報通信白書が、ICTリテラシーとしてあげているのは、ネット上の違法・有害コンテンツへの対処、ネットでの適切なコミュニケーション、メディアを読み解く力など。上の表（詳細版③）では「懐疑的なものの見方」から「他者の意見を尊重し、協同する力」までが、ICTリテラシーにかかわる領域だと言える。

## Keyword⑥

### プロジェクト型学習／問題解決型学習

プロジェクト・ベースド・ラーニング（PBL）、課題解決型学習などとも呼ばれる。授業のなかで、生徒自身が課題を見つけ（または提示された課題と向き合い）、チームで話し合いや調査・分析をして、その課題の解決策を考え、発表や具体的な行動につなげる。実社会で生かしていける「問題解決の力」を、生徒が高めていくことを期待でき、また、生徒は知識や技能をただ習得するのではなく、覚えながら「活用」していくので、学んだことが記憶に残りやすく、物事を学ぶ意義も実感しやすくなると言われている。

## Keyword⑦

### 思考ツール

個人やグループで物事を考える時に、その思考の手助けをしてくれるツール。紙に書いた軸や、チャート図、樹形図、付箋などを頼りに、考える方向性を定めたり、情報を分類したり、関連づけたりする。問題解決型学習や探究活動では、熟考や情報分析が重要になるが、どこから手をつければいいかわからない生徒は多い。思考ツールは、そうした生徒が「考えるプロセス」を学ぶ一助となる。須藤先生（情報）の授業では、生徒がマインドマップやKJ法ほか多様な思考ツールを活用。浅野先生（美術）が授業で使うマンダラート、吉田先生（社会）が使うコンセプトマップコメントも思考ツールの一つ。

## Keyword⑧

### ループリック

学習において「何を学ぶのか」「その学びをどこまで深めれば、どのレベルに到達したと判断されるのか」を見えるようにした評価基準。浅野先生（美術）の授業の例でいえば、「色彩計画」「和紙の貼り付け」などが作品制作で“学ぶこと”となり、その色彩計画について「未提出は0点」「何も考えずに色彩を選んだら2点」「色の選択はよいが色彩効果が足りないと5点」などと示された基準が“学習の到達レベル”となる。生徒からすれば何を目指せばいいかがはっきりし、自分の力量にあわせて、学習の到達レベルを上げることに挑戦できる。

## Keyword⑨

### ふり返り／リフレクション

リフレクションとは自己内省のこと。授業で習ったことや授業中の活動を、生徒が自分でふり返ると、さまざまな気づきを得ることができる。「学習内容で理解できていなかったところがある」「学習活動における自分の課題（積極的に動けなかった、チームで協力できなかった等）が見つかる」といった具合に。その気づきによって、生徒は自分でさらに学んでいけるので、アクティブラーニング（能動的学習）においても、ふり返りは重要だと言われている。ワークシートや自由記述によるふり返り、対話によるふり返りなどさまざまなやり方がある。

## Keyword⑩

### 形成的評価と総括的評価

学期末テストや作品の提出で、生徒が何をどれほど学んだか、全体を見渡すのが総括的評価。一方、毎授業の小テストやふり返り、コンスタントなノート提出などで、生徒が物事を理解したり何かを形づくったりするその過程に、方向性のずれや、すばらしい点がないかみることを、形成的評価という。形成的評価でこまめにフィードバックをしていくと、生徒は自分の勘違いやよかったところに早めに気づけるので、学びを深めやすくなる。また、教師のほうも、生徒たちの学びの進度に合わせて、授業計画を修正していける。

## Keyword⑪

### レジリエンス

レジリエンスとは「回復力」「耐久力」と訳されるもの。「しなやかさ」と表現されることもある。一般的には「困難な状況に置かれたときや、あるいは想定外の状況に突如陥ったときに、しなやかに耐えて回復していく力」のことをいう。リーマンショックや東日本大震災を経て、レジリエンスへの注目度が増すようになった。レジリエンスが高い人は、失敗やピンチのなかに学びやチャンスを見い出そうとする傾向や、自分の感情を把握してコントロールする傾向があり、それらの特性はトレーニングにもよって高めていけると言われている。