

「褒める」のではなく 「認める」ことが大切

中学校まで力を発揮できず、「自分はダメな人間だ」と自分を卑下していた生徒が、高校入学後、自己肯定感（＝自尊心）をぐんと伸ばすことがあります。それまで大人から否定されてきたけれど、高校の先生方の、そうではない接し方や声掛けによるところが大きいのだと思います。

とはいえ、一般的に日本の高校生の自己肯定感が低いことは各種調査から明らかですし、現場の先生方も体験的に感じているでしょう。

成績の悪い生徒だけの問題ではありません。むしろ、新興住宅地に住む成績上位者ほど自己肯定感が低い傾向にあることが、ある都市で行った調査では明らかになりました。本人なりに頑張つて、納得のいく成績を出したつもりでも、それ以上に保護者の要求が高く、頑張りを認めてもらえないのです。

高校生ともなると、努力が結果に結びつかないことが、それまでより格段に増えます。本来、そうした失敗や挫折体験を次に生かす必要があるのに、現実の厳しさを前に自分を否定する傾向が強くなります。そうし

これからの社会を生き抜いていくために

自己決定を促す学びの大切さ



大切なのは、「自己有用感」を伴った「自己肯定感」

たときこそ親や教員の見せ場です。一緒にため息をつくのではなく、「よく頑張つたな。目的はかなわなかったけれど、ここまでの努力は絶対に生きる。なぜ失敗したかを分析して次のハードルを乗り越えよう」と語っていただきたいのです。

大切なのは認めてあげること。褒

める必要はありません。「自己肯定感を高めるためにはとにかく褒める」と思い込んでいる方がいるかもしれませんが、褒め言葉のシャワーを浴びせることが効果的なのは幼児期まで。高校生に同じことをしても気味悪がられ、「嘘臭い」で終わってしまいます。そうではなく、まずは、結果がどうあ

文部科学省／
国立教育政策研究所

長田 徹

おさだ・とおる●石巻市立雄勝中学校社会科教諭、仙台市教育委員会指導主事などを経て、2011年5月から文部科学省。現在、初等中等教育局 教育課程 教科調査官、同児童生徒課 生徒指導調査官。国立教育政策研究所 生徒指導・進路指導研究センター 総括研究官、同教育課程研究センター 教育課程調査官。

取材・文／堀水潤一 撮影／平山諭

れ頑張った事実を認める。そして、その失敗をバネに成功したときこそ、ぜひ褒めてあげてください。

「自己有用感を伴う自己肯定感が大事」

よく、自己肯定感と自己有用感の違いについて質問されます。自己肯定感というのは、文字が示すとおり自己に対する肯定的な評価ですが、本人一人の気の持ちようが高めていくことも可能です。これに対して自己有

どう褒めるかではなく、どのように認めるか

は誰かの笑顔を作ったことがありますか？」という自己有用感に関連した質問してみると、思いのほか高い反応を示すからです。例えば、夏休みに田舎を訪れ、おばあちゃんの手伝いをする生徒は大勢います。それは見返りを求めることではなく、笑顔を見たいという素直な気持ちから。同様に、普段ムスツとしている近所のおじさんに挨拶をしたところニコツと笑ってくれたことがうれしと言う生徒も大勢います。自分が人の役に立ったと実感することこそ大切だと思います。

用感とは、「他人の役に立った」「他人に喜んでもらえた」など、他者との関係なしでは生まれない自己に対する肯定的な評価です。そう定義したとき、大切なのは、単なる自己肯定感ではなく、自己有用感を伴う自己肯定感であることは自明です。

その点、私は今の若い人に期待しています。というのも、「あなたは自分を価値ある人間だと思えますか？」という質問に対してはあまりポジティブな回答をしない高校生に、「あなた

「自己決定、集団決定を促し、自治を実感させる」

それでは、自己有用感を伴う自己肯定感を学校で育むためにはどうすればいいでしょうか。



第1は「自己決定」を促すこと。例

えば体育祭や文化祭などの行事やホームルームの進行を生徒に企画、運営させるのです。高校生にもなれば自分で考え、折衝し、失敗しながら小さなPDCAサイクルを回すことは可能です。教員や先輩が決めたことを前年踏襲し、成功に導いたところで自己肯定感は高まりません。

第2は「集団決定」の機会を与えること。個人で完結する自己決定と比較して、集団決定となると簡単にはいきません。反論してきたり、無気力な仲間もいたりするなかで合意形成する必要があり、その葛藤のなかで自己肯定感は育まれていきます。

その際の教員の役割は、生徒が自分たちで課題を解決したというリアリティを持たせること。すなわち「自治」を実感させることです。教育活動ですから指導は必要ですが、教員がすべて計画を立ててしまうと自己決定も集団決定もありませんし、手を出しすぎると自治を感じられなくなります。

必要なことは指導するも、最終的に自分たちでやったという実感を持たせることが大切です。

特別活動でそうした機

会を設けることは有効ですが、生徒が大半の時間を過ごすのは教科の授業であり、そこで、どのような学習形態をとっているかも、自己肯定感の育成に影響します。その点、私は、生徒が授業の主役となる協同学習が極めて重要だと考えています。自分の発言が友人に影響を与えたり、反対に、友人から受けた言葉で自分の価値観を変えたりという授業スタイルは、他者との関係が不可欠な自己有用感の育成に非常に効果的です。

こうした主体的な活動や協同学習の積み重ねのうえに、地域や企業とかかわりを持つ機会を用意すると、なおいいでしょう。「私たちが活動することでこの商店街が元気になっているよ。うだ。もしかして役に立っているかな？」と、学びが実社会につながっているというリアリティを持たせるのです。

最後になりますが、何のための自己肯定感、自己有用感の醸成かといえば、自分の進路を自分で決める力を持つてほしいから。誰かが敷いたレールをたどるのではなく、人に相談したり、相談されたりしながら、最終的に自分で決めた道を歩んでいく。その基盤になるのが自己肯定感であり、先生方は、それを伸ばす力や機会を持つていて感じています。



長田先生が在籍する国立教育政策研究所 生徒指導・進路指導研究センターが発行している「生徒指導リーフ」シリーズ。2015年3月発行の18号では、「自尊感情」と「自己有用感」について詳しい解説が掲載されている。

ダウンロード可