

ふれあい

No.7

編集発行

上越市立春日小学校

校長 田邊 道行

先月、「レジリエンスを高める脳と言葉の使い方」の講演を聴いてきました。レジリエンスとは、精神的回復力、耐久力、弾力などと訳される逆境の中でも立ち直る力のことで、その土台には自己肯定感があります。講師は、子どものレジリエンスを高めるたった一つの方法として「大人の生きる力を高めること」を掲げていました。大人が変われば、子どもが変わる…というのです。そして、子どもに対して大人は、脳の仕組みに合った声掛けをすることが大切だと話していらっしやいました。

そこで、まず、脳の仕組みについて簡単に説明します。私たちの脳は、意識を向けたものだけを見ようとします。複数の処理をすることもできますが、意識が焦点を当てたものを拡大鏡で見るように一つのことが中心となって、他のことは見えなくなっていくます。落ち込みやすい人は、焦点の当て方がうまくできない、または、焦点をマイナス面に向ける言葉掛けをされているということです。

ですから、「あの人が意地悪で…」という話を大人がしていると、子どもの脳は人の悪いところを見付けるように焦点化されていきます。「今日、学校で嫌なことなかった？」と聞けば、嫌なところを見付ける脳が育っていきます。これを「素敵などころを3つ見付けて！」と声掛けを変えるだけで、脳はプラス面に焦点を当てるようになります。

さて、春日小学校の児童アンケートでは、「自分のよいところや得意なことを言える」という自己肯定感を確認する項目で「はっきりハイ」が50%、「だいたいハイ」が30%、「イエエ」が20%でした。また、全国学力・学習状況調査における「自分にはよいところがあると思いますか」という質問項目においては、「当てはまる」と回答している児童は37%で、全国に比べて5%低い状態でした。

自己肯定感をより高めるために、当校では保護者の皆さんと協力してレジリエンスを高める声掛けに取り組みたいと考えます。例えば、「どうしてこんなことしたの?」「なんでまたそんなことになるの?」という責める言葉に対して、脳は自分を守ることだけに動きます。そして、自分はダメなんだという思いに焦点が当たります。それを、「どうなりたい?」「どういう状態ならいい?」とゴールを考えさせ、「そのために、次はどうやったらいいかな?」という問いに変えていくのです。そうすると、何を言っても大人は受け止めてくれるという安心感が高まり、自分で改善しようという気持ちが高まっていきます。逆に、子どもの行動のつまずきを人格の否定に結び付けることは、決してやってはいけません。子どもは失敗するものです。失敗を成長の糧にして成功に導く力を育てていきましょう。

ただし、簡単ではありません。例えば、メディアの約束を守れずにゲームをやり続けてしまう子どもや連休明けに登校を渋る子どもに対して、大人はあれこれ取り組んでもうまくいかず正解を求めてしまいが、大切なのは「作戦失敗だったね」として、「次はどうする?」と常に一緒に考えていく姿勢です。そして、「やってみてどうだった?」と確認することも大切です。大人は、監督としてではなく、コーチとしての声掛けをしていくことが必要となります。

「どうして…」と過去を責める問いから、「どうやったら…」と未来を改善する問いに変える取組を一緒にしてみませんか。

「教育相談」のご案内



わかっているのにうまく答
えることが苦手



友達の輪になかなか入るこ
とができない



座ってられず

学習中などに
じっとしていることが苦手



口よりも先に手や足が出てし
まう



「上手に話はできても、声に出して本を読むことが苦手」「マイペースで、人と合わせることが苦手」など、これらはその子が怠けているわけではなく、子どもたちの困っている姿の表れであることが多いです。

学校では、教育相談を随時実施しています。気になることや心配なことがありましたら、いつでも気軽に担任または特別支援コーディネーターへ声を掛けてください



かけはし班遊び 楽しかったね

春日小では、1年生から6年生でかけはし班を作り、異学年交流しています。主に、掃除の時間、かけはしなかよし大作戦（年2回）、かけはし遠足を行い、仲間の絆を深めています。

9月22日（金）のかけはし遠足は、残念ながら雨のため中止となりましたが、その代わりとして、かけはし遊びを行いました。かけはし遠足で行えなかった遊びをみんなで行いました。「だるまさんが転んだ」や「花いちもんめ」などをし、みんなで楽しみました。

