

届け 世界の果てまでも

令和3年 2月10日

No. 64

文責 校長 飯久保一男

何をほめたらいいのか…

1学期に「子どもをほめること」と題して、この通信（ホームページより、^{バックナンバー}backNo.12を参照してください）を配付しています。ほめることがマイナスになる場合もあることや、ほめる相手の気持ちを汲んでいるかどうかが大切ではないかという内容を書きました。心理学者の榎本博明さんの著書『伸びる子どもは〇〇がすごい』の中に、ほめることで子どもを委縮させてしまうことがあるという似た内容（学者の文章におこがましいのですが…）の文章がありましたので、一部を紹介します。

榎本さん曰く、今、社会では、傷つきやすく、落ち込みやすく、がんばれない若者が増えているとのこと。上司に注意をされると、翌日から出勤できなくなる若者もいるそうです。ふてくされてやらなくなるとか、反発していい加減にやるといった若者もいるそうです。榎本さんは、その背景として、子どもを育てるのに、むやみにほめるという風潮が影響しているのではないかと言うのです。

※わかりやすくするために、一部修正・加筆をしています。



むやみにほめることの弊害の存在を証明した心理学者ムエラーとドゥウェックによる実験がある。ほめることが子どもの気持ちを萎縮させることがあるといった逆効果について考えるヒントを与えてくれるものとして興味深い。実験内容は次のようなものだった。

まず、10歳～12歳の子どもたちに、知能テストのようなものをやらせた。それは簡単にできる内容であった。テスト終了後にすべての子どもたちに、優秀な成績だったと伝えた。その後、子どもたちを3つのグループに振り分け、次のように対応した。

- ①グループ こんなに成績がいいのはまさに「頭がいい証拠」だと「能力」をほめた
- ②グループ 何も言わない
- ③グループ こんなに成績がいいのは「一生懸命にがんばったから」だと「努力」をほめた



そして、そのあとにもう一つテストをやってもらおうと話した。次のテストは、2種類あり、簡単に解けるAのテストと、難しくて簡単に解けそうにないBのテストを用意してあると伝えた。どちらのテストを選んでもいいと話し、①～③の各グループが、どちらのテストを選ぶかを調べ、ほめた内容による選択の違いを調査したのである。別の言い方をすると、

Aのテスト いい成績をとって自分の頭のよさを示すことができそうな問題

Bのテスト いい成績はとれないかもしれないが、チャレンジしがいのあるおもしろそうな問題

である。

<結果>

- ①グループ 簡単なAのテストを選んだ子…67% 難しいBのテストを選んだ子…33%
- ②グループ 簡単なAのテストを選んだ子と難しいBのテストを選んだ子がほぼ半々だった
- ③グループ 簡単なAのテストを選んだ子…8% 難しいBのテストを選んだ子…92%

この結果から、ほめたことがその子のモチベーション（やる気）に与える影響は、ほめ方によって大きく違うことが明らかになった。

○「頭のよさ」＝「能力」をほめる

能力の高さに対する期待を裏切りたくないという思いが強まり、期待を裏切ったらどうしようといった不安も強くなって、確実に成功しそうな易しい課題を選ぶことになりやすい。
失敗することを恐れるあまり、結果にとらわれ、気持ちが萎縮してしまうのである。

○「がんばり」＝「努力」をほめる

努力する姿勢に対する期待を裏切りたくないという思いが強まり、もっとがんばらなくてはといった思いに駆られ、難しい課題を選ぶことになりやすい。
結果よりも努力する姿勢にこだわるため、チャレンジしやすくなる。

何でもほめればよいということではない。ほめて育てることがやたら推奨されているが、ほめることの弊害もあるのだ。ほめ方にもコツがある。このことは忘れないようにしたい。

この紙面では、「自立」「自己肯定感」「IメッセージとYOUメッセージ」という内容を書かせてもらってきています。榎本さんの文章を読んで、子どものがんばったこと（努力）を「Iメッセージ」で伝えていくことが、子どもの「自立」を支援し、「自己肯定感」を高めることになると私はとらえました。



子どもに家の仕事（お手伝い）を任せたら、その努力に対して、Iメッセージにして「がんばってくれてうれしい」と伝えると、満足感や達成感は大いなものとなり、自己肯定感も高まります。次も張り切ってやったり、他の仕事も進んで受け持ったりするのではないかと思います。

学習にしても、運動にしても、能力をほめるよりも、努力をほめるほうが、次もがんばろう、次のステップへ進もうとする力となるようです。努力したことにより、結果につながると、満足感や達成感、そして自己肯定感はより大きなものになります。



結果ではなく、
プロセスの中で自分がどうあったのかが、とても大切です。

イチロー

努力して結果が出ると、自信になる。 努力せず結果が出ると、傲りになる。
努力せず結果も出ないと、後悔が残る。 努力して結果が出ないとしても、経験が残る。

読み人知らず