



## ある本から学んだこと



ここ1ヶ月ぐらい、学校にいないことが多く、先生方に迷惑をかけております。いろいろな講演会や会議が多く、先日は引継のために福岡まで行ってきました。移動中、これまで本棚に読んでいない本が山積みになっており、この機会にと、やっとページをめくることができました。

今回は、その中で、特に保護者の皆様にお伝えしておいた方がよいことを載せてみます。

お伝えしたことは、

## 「自分が好きな子どもは 成績が上がる」



ということです。

公認心理療法士の星一郎氏が書かれた「アドラー心理学で『子どものやる気』を引き出す本」の中にある名言です。

少し引用させていただきます。

まず自分を嫌いな子どもを例にとってみましょう。その子どもは、いつもテストの自分の点数に不安を抱いています。

「もっといい点を取りたいのに…」

「クラス上位の成績にならなきゃ」

「どうして、これしかできないんだろう」

そんな不安を抱えているので、テストの当日になっても

「問題集をまだやっていない」

「教科書をもう1回読みたかったのに…」

と焦りの塊の状態です。

テストが始まっても緊張してあがってしまい、自分の本当の力さえ、発揮できません。

当然、テスト結果はあまりかんばしくなく、再び、自分に嫌気がさし、やる気をなくす、といった悪循環が繰り返されていきます。

「60点しか取れなかった」

「自分はやっぱりダメだー」

この子どもは「勉強ができる人間は優れた人だ」と思い込んでいるので、「自分はダメな人間だ」と思

って落ち込んでしまいます。頑張ろうとする気持ちも焦りで空回りして、ますますやる気を失い、能率は落ちていきます。

ここで、子どもに自信をつけ、自分が好きになるようにさせるには、どんな言葉をかけて、やる気を引き出してあげれば良いのでしょうか？

「あらまたこんな点なの？」

「60点しか取れないなんて、何を勉強しているの」

このような言葉は、ご法度です。

「一生懸命勉強したね。よく頑張ったと思うよ」と言うべきでしょう。結果よりも努力している課程を評価することによって子どもの気持ちを変えてあげるのです。

いっぽう、自分を好きな子どものテスト前の気持ちはどうでしょうか。「やり残したことはあるけど、やるどころまでやったから」と、自分の状況を納得してテストに望むことはできます。自分のベストを尽くせば良いのですから、焦ることも緊張することはありません。テストで落ちついて問題を読んで考え、解答できるほど強いことはありません。焦りがなければ、わからない問題に対しても落ち着いて考えられ、あとでひらめくことだってあります。テストの結果に対しても自分を好きな子どもは、

「60点しか取れなかった」

ではなくて、

「今回の実力は60点だったんだ」

と冷静に受け止めることはできます。その点数が嬉しかったら嬉しかったと思うし、次はあと10点取ろうと思えばそれだけのことで、結果に振り回されたり、一喜一憂したりすることはありません。

学校は、「比較と競争」の中にあり、他人と比較したり、競争したりすることが頻繁に行われている場所です。優越感をもったり、逆に劣等感をもったりする子どもも多くいます。比べるものは、昨日の自分であり、1時間前の自分であってほしいと思います。「これができるようになった自分」を、自分がほめること。そのためにも周りの先生や保護者が良いアドバイスや言葉かけを行う必要があります。

学年末テストが返ってきているかと思いますが、自分を好きになるような言葉かけをお願いします。