

六花の輝き

<教育目標>

喜んで登校し、
生き生きと学ぶ子ども

〒943-0805 上越市木田3-1-25

TEL 025-523-3858 FAX 025-525-7188

E-mail takashi@jorne.or.jp

〇レジリエンスを高める

校長 遠藤 和英

最近「レジリエンス」という言葉が社会で注目を集めています。レジリエンスとは、直接は、「回復力」「復元力」「弾力」などと訳される言葉です。私たちが参加する研修の中でも、困難な状況をしなやかに乗り越え回復する「精神的回復力」を表す言葉としてよく耳にする言葉となりました。まさに、これからの時代を生きる子どもたちに必要な力だと考えます。先日参加した研修の中で、子どものレジリエンスを高めるにはどうしたらよいのかという話を聴く機会がありましたので、少し紹介いたします。

結論から言うと、子どものレジリエンスを高めるたった一つの方法は、大人自身の生きる力を高めること。未来を生きる子どもたちのために一番必要なのは、大人が本気で自分の人生を生きている姿を見せることなのだそうです。そして、この前提の上で、一人ひとりの習性や物の見方の癖を知り、必要なコミュニケーションをとっていくことが大切だと話されていました。このコミュニケーションの取り方が参考になりました。

子どもが失敗したときを例にして具体例をあげてみます。大人は子どもが失敗したときに、「どうしてそんなことをしたの?」「なんでできなかったの?」と言うことが多いです。例えば宿題を忘れたときであれば「どうしていつも宿題を忘れるの?」という具合です。この場合、「すでに終わったこと」と「その問題点」についてコミュニケーションすることになるため、子どもの意識が未来へ向きません。それどころか、子どもは不安になったり、なんとか言い訳を考えたりという後ろ向きの思考に陥る場合さえあります。これを前向きな思考に変えるには、失敗を学びの材料として考え、自分にできる次の行動を考えることが大切です。そのために、次のようなアプローチが大切なのだそうです。

- 1 今回のことから、何に気付きましたか? (問題を学びに変える)
- 2 現状をどうすることを目指しますか? (未来の解決像・目標設定)
- 3 そのためにどんなことができますか? (目標を達成するための行動)
- 4 それをやって、何か困ることは起きませんか? (危険予知)
- 5 初めにまず何から始めますか? すぐにできる小さな行動を決めましょう (行動化のための初めの1歩)

このような観点でコミュニケーションをとっていくと、子どもに安全・安心を与えることになり、自分で自分のことを考えることにつながっていく、言葉の使い方を変えることができれば、思考も感情も行動も前向きに変わっていくと話されていました。また、簡単な例として今日あった出来事を尋ねるときに「嫌なことはなかった」「いじめられなかった」と聞き続けると、子どもたちはその観点から物事を見つめることが得意になる。逆に「今日あった素敵なこと3つ教えて」と聞き続けると、子どもたちは前向きな観点から物事を探すようになるという話も伺いました。

この話を伺い、自分自身まだまだ過去や問題点に焦点を当ててコミュニケーションをとることが多いなと反省させられました。子どもたちのレジリエンスを高めるためにも、自分の考え方を変えていかないと感じられる研修となりました。皆様はいかがでしょう。

高志小学校ABCD**A:あたり前のことを****B:ばかりにしないで****C:ちゃんとできる人が****D:できる人(すごい人)**