

スクール
カウンセラー



いしはらさん

の ちょっとひとこと

中学校版

保護者の皆様へ

<夏休みが終わり>

例年感じるのは、夏休み前後で、子どもたちが大きく変化することです。

しばらく学校から解放されることで、やりたいことに没頭する子もいるでしょうし、だらだらと過ごし昼夜逆転に近い生活になる子もいるかもしれません。後者では生活リズムの立て直しに時間がかかり、授業が続く生活を想像して登校を渋るようになる例も少なくありません。実際、不登校が増加するのは長期休みの後です。

一方で受験に向けて成績を大きく伸ばしてくる3年生もいるのです。

この違いが何か、個々の事情はわかりませんが、主体的、目的的に生活できている子は、夏休みも有意義に使えるのだらうと思います。

<内発的動機づけ>

内発的動機づけとは、言い換えるとモチベーション（やる気）のことです。スマホばかりいじっているお子さんからスマホを取り上げたとしても、代わりに勉強をするはずもありません。

脅したり、おだてたり、あるいは褒美を用意して、その結果やったとしても、それは外発的動機づけと言って、子どもの中から出て来たやる気ではないため、残念ながらそのやる気は永續きしないと言われています。

内発的動機づけ、つまり子どもの中からやる気が出るにはどうするか？ まず、そのことが好きになること、これがなによりの条件です。

趣味や部活動など、好きでやっていることは何も言われなくても夢中になってやりますよね。勉強は趣味とは違いますが、それでも好きになる子はいます。得意な教科は好きなことが多いはずです。わかるという体験がおもしろさにつながり、楽しくなってくるのです。

それでは、そうなるにはどうするのか？ 内発的動機づけとは、子どもの内側からやる気が湧きあがってくることを指すので、厳密には周りがやれることはありません。しかしきっかけづくりはできます。それはやっぱりほめること。

<ほめることの効用>

「ほめるところなんかありません！」とおっしゃる保護者の方も多いのですが、いえいえ、視点を変えれば沢山あるはずです。当たり前に行っていると思われること、例えばちゃんと家に帰って来る(笑)、家族と会話する(笑)、そんなことでも、「おかげで、お母さん安心できるなあ」と話せば、人間は認められた事柄は維持し守ろうとします。そうして親子関係を良くした上で、「勉強が必要なことを、あなたはわかっているはずだから、お母さんは信頼しているよ」と投げ掛けて、子どもの動き出しを待てばいいのです。信頼すると言った以上、決して口出ししてはいけません。親の期待より時期は遅れるでしょうが、自分で動き出したものは長続きもし、本物に近づいていきます。

(スクールカウンセラー 石橋勝美)