

## 「結果」よりも「過程」に注目する～お子さんの「折れない心」を育む言葉かけ～

西小学校の保護者の皆様へ：師走に入り、寒さも本格的になってまいりました。学校では2学期のまとめの時期を迎え、テストが返されたり、もうすぐ通知表が持ち帰られたりする季節となりました。

子どもたちが結果を持ち帰った時、ご家庭ではどのような言葉をかけていらっしゃるでしょうか？ ついつい点数や順位といった【結果】に一喜一憂してしまいがちですが、今回は子どものやる気を引き出すための「原因の考え方（マインドセット）」についてお話します。

◆「能力」のせいになると、やる気は下がる？ 心理学の研究では、うまくいかなかった原因をどこに求めるかによって、その後の成長が大きく変わると言われています。そこには2つの心の持ちよう（マインドセット）があります。

1. 硬直マインドセット（「能力」に目を向ける） 「点数が悪かったのは、頭が悪いからだ」「才能がないから無理だ」 → 能力は生まれつき決まっています変えられないと信じている状態です。これだと「自分には無理だ」と自信を失い、失敗を恐れ挑戦しなくなってしまう。
2. しなやかマインドセット（「過程」に目を向ける） 「準備が足りなかったかな？」 「やり方を変えてみよう」 → 能力は努力次第で伸ばせると信じている状態です。原因を「やり方」や「努力（プロセス）」に求めることで、「次はこうしてみよう」と粘り強く挑戦できるようになります。

◆「過程」を認める言葉が、次への力になる テストの結果が良い時も、悪い時も、大切なのは「プロセス（過程）」に注目することです。どちらの場合にも、言葉かけのポイントがあります。

### 【うまくいかなかった時】

- × 「なんでこんな点数なの！」 「あなたには無理だったのね」 （能力や人格への否定） → 子どもは「自分はダメなんだ」と無力感を覚えてしまいます。
- 「見直しは十分だったかな？」 「次はどんな工夫ができそうかな？」 （方法や過程への着目） → 「やり方を変えればできる」という希望を持たせ、次への改善を促します。

### 【うまくいった時】

- × 「すごい！頭がいいね！」 「天才だね！」 （能力への賞賛） → 一見良さそうですが、「頭が良くないといけない」というプレッシャーになり、失敗を恐れるようになります。
- 「毎日コツコツ練習した成果が出たね！」 「最後まであきらめずに考えたね！」 （努力への賞賛） → 自分の頑張りが認められたと感じ、さらに努力しようという意欲が湧きます。

結果はあくまで通過点にすぎません。「どう取り組んだか」という過程を認められることで、子どもたちは失敗を恐れずに学ぶ力を育んでいきます。忙しい年末ですが、温かい言葉かけで子供たちの心をサポートしていきましょう。