



太田小学校発達障害・情緒障害通級指導教室「かがやき」

## よ <sup>ひがんばんな</sup> やうやくに 彼岸花咲き 秋となる 小浦榮子

今年はいつまでも残暑が続き、秋はもう来ないのかと思いましたが、笹久保八幡神社のヒガンバナも咲き始め、ようやく秋の訪れを感じる今日このごろです。

秋と言えば、「スポーツの秋」「食欲の秋」「読書の秋」何をすすめるにも、うってつけの季節です。今までの生活や学習を見直したり、やりたかったことにチャレンジしてみたりできるといいですね。



## 生活リズムを整え、自立心を養う そしてやる気を引き出す



「かがやき」に通う子の中には、朝自分で起きることができないお子さんや、顔を洗う、歯を磨くといった生活習慣を身に付けるのが苦手なお子さんがあります。お子さん一人で改善するには難しいことは、大人の支援が必要となります。

例えば、起きるのが遅くなりがちなお子さんの家庭では、寝る時間を早めるなど時間を調整して生活リズムを整えてあげることです。

家でなかなか勉強したがない子には、・・・どうしたらよいか？

下に紹介する本は、過去のさまざまな教育心理学研究と、教室での実際の指導経験。つまり理論と実践の裏づけから、どうしたらよいかのヒントが書いてあります。

ちょっと字数が多いですが、お付き合いください。

## 読書の秋 ちょっと気になる本の紹介

『「やる気」を科学的に分析してわかった 小学生の子が勉強にハマる方法』



(菊池洋匡、秦 一生 著、実務教育出版)

教育現場での経験を生かしながら、子どもを勉強好きにするための科学的なコツを紹介している本です。「ARCSモデル」という学習意欲のモデルに基づいて述べています。ARCSモデルとは、アメリカの教育工学者 J・M・ケラーが心理学における動機づけ（やる気）研究をまとめ学習意欲（やる気）を、**注意 (Attention)**・**理由 (Reason)**・**自信 (Confidence)**・**満足感 (Satisfaction)** の4つに分類したものです。要するに、「やる気の源には大きく分けると4つのパターンがあります」ということです。グーグル社でも取り入れられているというこのモデルは、大人だけではなく、子どものやる気を引き出すのにも有効と考えられます。

1章「Attention～勉強に『ワクワク』させる～」に焦点を当て、いくつかの要点を紹介します。

### 今後はお子さんがまだ続けたいと思っているうちに、『時間になったから』と言って終わらせる

「勉強をキリのいいところまで終わらせてから遊ぼうね」子どもに対して、こんなセリフを投げかけた経験をお持ちの方は少なくないはず。しかし、「それはもったいない！」意外な気もしますが、キリの悪いところで終わったほうが、子どもの「もっとやりたい」を引き出せるのだというのです。それは、人間には「未完了のタスクのほうが、完了済みのタスクよりも気になる」という性質があるから。これを「ツァイガルニック効果」というのだそうです。たとえばテレビを見ているとき、盛り上がってきたところで「続きはCMのあとで！」となると、イライラしたりモヤモヤしたりするはず。続きが気になる中途半端なところで終わらせて、次回が見たくなるように仕向けているわけです。

### 時間を細かく区切って集中させる

著者は、時間を細かく分けてタスクを順に切り替えさせることを勧めています。どれくらいの時間にするかは、子どもの年齢によって決めればOK。幼児期の子どもは、年齢+1分程度しか同じ作業に集中力が持続しないものです。小学校高学年の子でも15～30分が限界といえます。そこで、10～20分程度を目安に調整します。

例えば、私の授業は「お話タイム(5分)」→「認知力を高めるコグトレ(15分)」→「コミュニケーション力を育てるSST(15分)」→「ビジョントレーニング(5分)」→「ふりかえり(5分)」といった構成で行っています。それぞれの課題で「もっとやりたい」というタイミングで終わらせ、次週の授業を楽しみにさせるようにしています。子どもに「もっとやりたい」と言われたら、うれしくなってやらせたくなるかもしれません。ところが、筆者は、そのまま継続させると満足してしまい、その後「またやりたい」と思いにくくなってしまうというのです。そこで心を鬼にして、「きょうの時間はここまでだから、また今度ね」と、次のタスクに進むべきだと述べています。

### 親も子どもの前で勉強しよう

「家にいるときは、できるだけ子どもの遊び相手になろう。自分の勉強や仕事は、子どもが寝静まってからしよう」そう考えている親御さんもいらっしゃるでしょうが、これもまた、もったいないことだと著者は言います。子どもと一緒にいる時間がとれるときは、あえて一緒に遊ぶのではなく、子どもの前で勉強するほうがよいということです。子どもは大人のマネをしたがるものなので、親が勉強している姿を見せることは、子どもを勉強好きにする有効な方法だということです。

人は無意識のうちに、他人のマネをしたくなるようにできているもの。たとえば誰かがおいしそうなものを食べていたら、自分も食べたくなるかもしれません。家族がテレビを見ていたら、なんとなく自分も一緒に見はじめってしまったということもあるはず。

こういったことは、人間の脳の無意識の働きとして起こることで、心理学では「**目標感染**」と呼ぶのだとか。しかも目標感染は、家族や友人など親しい間柄だと特に起こりやすいとされているのだそうです。「勉強する」という行動をマネしていれば、結果として成績は優秀になるものだという考え方です。親が子どもの前で勉強すること、それも積極的に楽しんですることは、子どもにとって最高のお手本になるということ。子どもが反抗期を迎える前のひとケタの年齢のうちであれば、特に効果は絶大だといえます。

逆に、親が勉強や仕事に対して後ろ向きで、常日ごろからグチを言ったりネガティブな姿勢を見せたりしていると、子どもはどんどん勉強嫌いになっていくもの。また、将来の就職や仕事に対しても、暗い想像ばかりするようになるそうです。もし自分自身を振り返って思い当たるふしがあれば、まずは自分のマインドを変えることに取り組むべきだということです。