

## 子どもと教師の絆を強くするポジティブ心理学のススメ①



### ■子どもとポジティブ心理学■

ポジティブ心理学とは、人が成長するための要因や特徴を研究する学問です。ポジティブ心理学では、個人の幸福感など、心の健康を示すポジティブな指標の存在を重視しています。

幸せを高く感じている子どもは、成績が良く、標準テストの成績も良く、学校や学習に対して前向きな姿勢を持ち、社会的な関係も良好で、身体的にも健康で、うつ病や不安症などの精神的な問題が少ないです。

### ■教師と生徒の強い絆を築く■

教師から生徒への支援は以下の3つあります。生徒の幸福度と最も関連の高い支援です。

社会的支援	教師からの社会的支援についての生徒の認識は、生徒が教師からどれだけ尊重され、大切にされ、価値があると感じているかを反映します。幸せを高く感じている生徒ほど社会的支援をより多く感じているという報告があります。
感情的支援	教師がどれだけ生徒に気を配り、公平に接し、安心して質問できると生徒が感じているかどうかです。
道具的支援	生徒が学校に必要なものを持っているかどうかを確認し、何かをうまくできるようになるために時間をかけ、助けが必要なときには一緒に時間を過ごすことを、教師がどの程度行っていると生徒が感じているかどうかです。

どのような大人の行動がサポートになるのか、生徒と大人では考え方が異なることがあります。例えば、子どもは目に見えるものを気遣いの「証」として重視しますが、大人は子どもの安全を守るために子どもには気づかれないように気を配ります。この違いを踏まえて、教師が生徒と教師の関係を良好にするための方法をいくつかご紹介します。

ウェルビーイング（子どもの主観的幸福度）への配慮	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 個人的な質問をする（例：欠席した生徒に連絡し状態に気を配る）。</li> <li>○ 気持ちよく接する、または敬意を払う。</li> <li>○ 日中の自由時間を与える。</li> <li>○ 子どもが喜ぶもの（例：シール、特別な時間）をあげる。</li> </ul>
最良の教育方法を活用	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 生徒一人一人とクラス全体の教材の理解度に関心を示し、必要に応じて追加の学習体験を提供する。</li> <li>○ 多様な教授法、特に子どもが好む学習方法に沿った教授法を用いる。</li> </ul>
生徒の学業成績に対し、目に見える形で関心を示す	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 生徒の達成度を認める。</li> <li>○ 生徒の成績向上を支援する。</li> <li>○ 頑張った生徒に対し、頑張りを認めるグッズ（賞状、手作りの物など）を与える。</li> <li>○ 課題で間違った箇所を説明する。</li> <li>○ 一定の時間で終わるような課題の量を出す。</li> </ul>
サポートの公平性を示す	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ すべての生徒に対して公平に接することを明確に表明する。</li> <li>○ クラス全体を罰するのではなく、悪いことをした生徒に時間をかけて特定して指導する。</li> </ul>

<p>生徒が安心して質問できるようにする</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 例えば、「質問箱」などを使用して、質問が奨励されていると生徒が感じられる教室環境（掲示物や「質問箱」の設置など）を整える。</li> <li>○ 質問に積極的に答え、生徒が答えを知りたいと思っていることを評価することで、支持的な感情的環境を作る。</li> <li>○ 生徒が質問をするための許可、時間、多様な方法を提供し、質問しやすい仕組みを整える。</li> </ul>
--------------------------	--

### ■教師の行動に対する男子と女子との違い■

さらに、調査によると、どのような教師の行動に気配りを感じるかについて、男子と女子では見解が異なることがわかっています。

#### 気配りとして最も注目される教師の行為

<p>女の子の場合</p> 	<p>男の子の場合</p> 
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 生徒の気分が良くなるように働きかける。</li> <li>- 生徒のウェルビーイングに関心を示す。</li> <li>- 自分の個人的な経験を生徒に話す。</li> <li>- 授業以外の時間にも生徒に話しかける。</li> <li>- 生徒の学業成績に関心をもち、</li> <li>- 多様な教授法を用いる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 生徒に喜ぶものをあげる。 (例：シール、自由時間)</li> <li>- 生徒の成績が上がるように手助けする。</li> <li>- 質問をしてもいいと明確に言うこと。</li> <li>- 積極的に質問に答える。</li> </ul>

<p>女の子にはしてはいけないことは？</p>	<p>男の子にはしてはいけないことは？</p>
 <p>女の子は、以下のようにサポートが少ないと感じたときに、特に敏感に反応します。</p>	 <p>男の子は 以下に対して敏感に反応します。</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ネガティブな雰囲気環境。</li> <li>- 生徒の質問に対する否定的な反応。</li> <li>- 厳しい成績評価方法。</li> <li>- 厳格なルールと期待を設定すること。</li> <li>- 学習に対する不十分な支援。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 教師があまりにも多い宿題や課題を出すこと。</li> </ul>

スルド博士「子どもの幸せを促進する—学校におけるポジティブ心理学」を参考に作成)  
 Suldo, S, M. Promoting Student Happiness-Positive Psychology Interventions in Schools