

# やる気が出るとき、どんなとき？

## 子どものやる気 と ころのつながり

平成24年秋、日本人で19人目のノーベル賞受賞者登場のニュースに、国内が大きく沸きあがりました。iPSと名付けられたスゴイ細胞にも感動しましたが、それ以上に、受賞した山中教授の学生時代や研究時代のエピソードが印象的でした。10回も骨折してなお、柔道をやめなかったこと。心身不調になりながらも、研究をあきらめなかったこと。こんなお話を聞くにつけ、偉業を成し遂げる人は何か違うと感じます。確かに、秀でた能力やセンス、整った環境や運も味方したことでしょう。

しかしそれら以外の何か、すべての土台とも言えるような部分に違いがあるように思えます。それは、何としてでも志を全うしたい、目標を達成したいというエネルギー、「やる気」ではないでしょうか。

あなたはどんなときにやる気になったり、  
もっと頑張ろうと思ったりしますか？



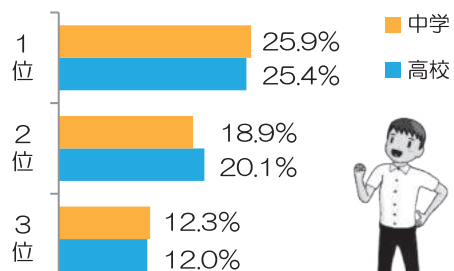
SKKでは平成24年度、中学・高校生を対象に「やる気」に関するアンケートを行いました。「あなたはどんな時にやる気になったり、もっと頑張ろうと思ったりしますか？」また「誰にほめられたり、認められたりするとうれいですか？」という質問で、2,808人の回答を得ました。ここにSKK式クレベリン検査による分析をまじえながら、今どきの中学・高校生の「やる気」の構造をご紹介します。

【図1】のとおり、中学・高校生ともに1位は「頑張った成果が出た時(勉強や部活など)」でした。また、2位は「負けたくない相手がいる時」、3位は「人からほめられたり、注目されたりした時」となりました。これらの回答から、中学・高校生の「やる気」は、自分の存在感を高めるような体験から生まれるということがわかります。

【図1】

あなたは、どんな時にやる気になったり、  
もっと頑張ろうと思ったりしますか？

- 1位) 頑張った成果が出た時(勉強や部活など)
- 2位) 負けたくない相手がいる時
- 3位) 人からほめられたり、注目されたりした時



このように、総計では1位から3位まで中学生・高校生で大きな差は見られませんでした。しかしSKK式クレペリン検査結果別に集計してみると、【表1】のような差があらわれたのです。

中学・高校を問わず、心の状態(発揮の状態)が良好な生徒ほど「頑張った成果が出た時」「負けたくない相手がいる時」「自分が立てた目標に近づけた時」と回答する割合が増えます。一方、配慮傾向の生徒ほど「誰かの役に立てた時」「仲間から一緒にやろうと誘われた時」「ご褒美に欲しいものがもらえた時」と答える割合が増えるのです。どうやら、やる気が出るシチュエーションは、中学・高校という年齢差以上に、心の状態によって差が出やすいようです。さらに、心の状態が良好なほど、やる気は自分自身の内面から出てくるのに対し、配慮傾向であるほど、ご褒美がもらえるなど外からの誘因に左右されやすいこともうかがえます。

子どもたちのやる気は、年齢だけではなく心の状態と連動して、外発的なものから内発的なものへと変化します。精神的に自立しはじめている生徒に対し、やみくもに外圧をかけても、健全なやる気が育たないのはこのためです。心の状態が良好な生徒には、本人が立てた目標を尊重して努力を見守り、自分自身の充足感を味わわせることが大切です。もし失敗をしたとしても、誰かに頼らず自分でリカバリーさせることが、次への意欲と自信につながります。一方、配慮傾向の生徒には、本人の意欲を引き出すために「一緒にやろうよ」「がんばっているね」といった声かけをするなど、密接に関わる必要があるのです。

【表1】

子どもたちのやる気のでるシチュエーションは、それぞれの心の状態(発揮の状態※)によって異なる。

「良好」ほど、以下の回答が増える

- ☆ 頑張った成果が出た時
- ☆ 負けたくない相手がいる時
- ☆ 自分が立てた目標に近づけた時

「配慮」ほど、以下の回答が増える

- ★ 誰かの役に立てた時
- ★ 仲間から一緒にやろうと誘われた時
- ★ ご褒美に欲しいものがもらえた時

※SKK式クレペリン検査における「発揮の状態」とは、心の状態をあらわすものです。発揮の状態が良好であれば、周りの状況やさまざまなものごとを認識する力があり、ストレス耐性も強い状態と言えますが、発揮の状態が配慮傾向になると、視野も狭く心の脆弱さが見られる状態になります。



## 誰にほめられたり、 認められたりするとうれしいですか？



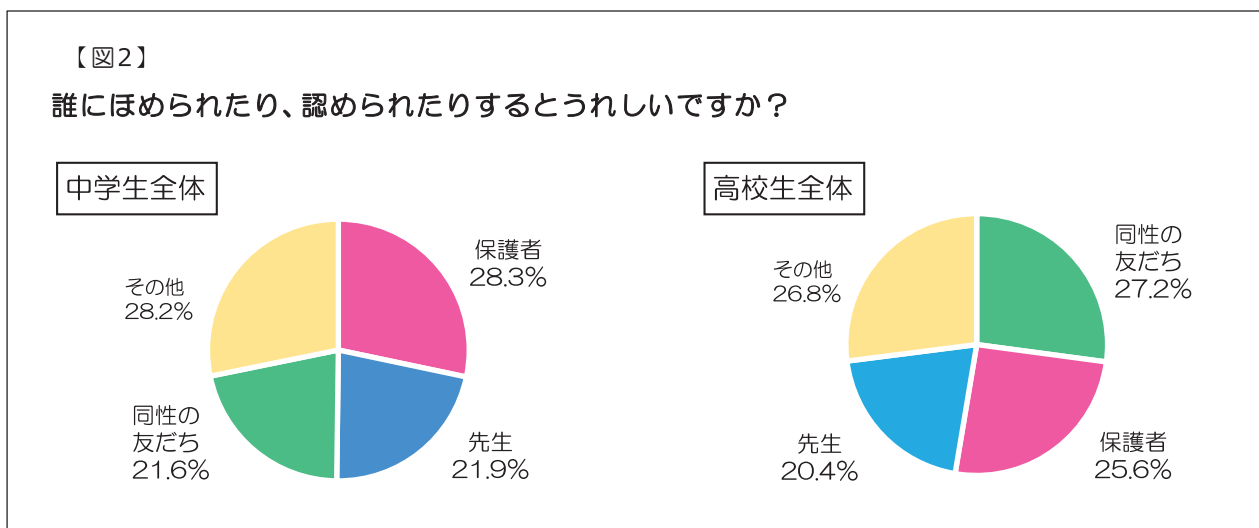
【図2】は「誰にほめられたり、認められるとうれしいですか？」という質問に対する、中学・高校生それぞれの回答です。そのうち「保護者」に認めてもらいたいと回答した生徒が、中学生 28.3%で1位、高校生では 25.6%で2位でした。意外なほど、現代の中学・高校生たちは保護者(親)に認めてほしがっていることがわかります。特に中学生にとって、親からの働きかけは彼らを伸ばす原動力にも、やる気の芽を摘む原因にもなり得るようで、その影響力の大きさがみてとれます。一般的に思春期を迎えた中学生は、親を避けるような態度をとります。しかし、それに惑わされてしまうと、彼らの裏側にある「親にこそほめて欲しい、わかって欲しい」という気持ちを、どうしても忘れてしまいがちです。表面上大きなことを言っても、心理的に自立している中学生は少なく、多くはまだまだ親から認められたいのです。

一方、高校生になると、保護者・先生より友だちにほめてもらいたいと答える生徒が増えます。年齢があがるとともに、指導者的立場の大人からよりも、「自分と同列の他者」である友だちからの承認を求めるようになるのです。ですから高校生に対しては、友だち同士が健全なライバル心を持て

るように演出するなど、間接的な支援を増やす方が効果的でしょう。大人の「保護」が混じったほめ言葉よりも、痛みをともなうことがあったとしても同列の仲間から認められることで、本当の意味でのやる気や自信が養われていくからです。

人は成長と共に、誰かに「がんばれ」と言われなくても、自分からやる気を生み出せるようになっていかなければなりません。しかし、小さいうちは身近な人からたくさんほめられて「もっとがんばろう」と思う体験が必要です。成長とともに、ほめられたい相手は身近で狭い範囲から外へと広がっていき、しだいに自分で自分を認められるようになっていきます。こうした過程を踏むことで、誰かに動機づけられなくても自分で目標を持ち、やる気をコントロールできるようになるのだと思います。

山中教授を含め、世界を変えるような偉業を成し遂げる人は、やる気と自信に満ち溢れているように見えます。しかしそんなやる気や自信も、最初は身近な人からほめてもらった、ささやかな経験から生まれたのではないのでしょうか。



・許可なく別媒体への掲載や、アップロードはご遠慮ください。

・引用もしくは参考文献としての利用を希望される場合は、お手数ですが NPO 法人メンタルぶらす協会 Reforest 事務局までご連絡ください。

copyright NPO 法人メンタルぶらす協会 Reforest