

保護者の皆様へ

子どもの「やる気」を引き出す 関わり方

～家庭での学習へのアプローチ～



福岡県教育センター2020

はじめに

学校に行けず、友達とも遊べず、ずっと家の中で過ごしているお子さんを見ながら、胸を痛めてある保護者の方も多いでしょう。

一方、子供たちも、こんな状況は初めてで、やるべきことは分かっているけれども、なかなか「やる気が出ない…」という子も少なくないと思います。

そんな子供たちも、周りの大人の関わり方次第で、「よし！がんばってみよう！」となります。今、この機会を、子供たちへの関わり方を見直すきっかけにしましょう。

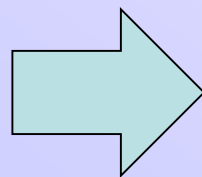


本資料でお伝えしたいこと

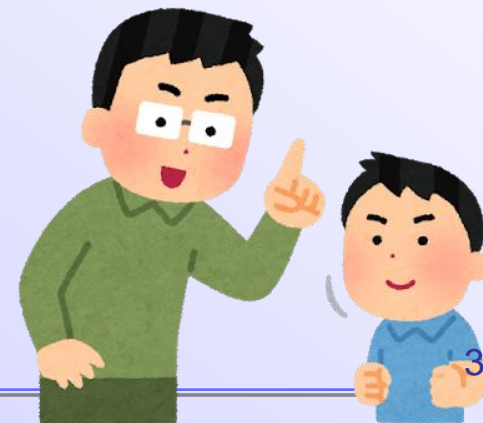
関わる側の子供の見方ひとつ、言葉かけひとつで、子供のやる気は大きく変わる！

そのためにはどう関わったらいいか？
一緒に考えましょう。

受け身
指示待ち



やる気を
持って！



少し考えてみましょう！

お子さんが次のようなことを言い出しました。



宿題しとらんでも
おこられんけん、
今日は宿題せんよ。

みなさんならどうしますか？

※こうならないように



こんな声が聞かれました！！



なんいいよるとね、さっさとせんね。

するまでご飯たべさせん。

好きにせんね。

なんで先生はおこらんとね。先生、いかんね。

怒られるとか、怒られんとかじゃなくて、せなんことはちゃんとせんといかんよ。

どうしてやる気が出ないの？

無理矢理にでもさせる！うまく言って、なんとか最後までさせる！**ではなく、**
その前に、どうしてこういう状態なのか、考えてみましょう。



- やってる内容は我が子に合ってる？
- どこまで頑張れば終わるか、この子は分かってる？
- そもそも私自身は、子供がやってることに興味を持っている？



どうすれば、「やる気」が出る？

「やる気レベル」を左から右にするために、以下の4つの視点から考えてみましょう。

やらない！

いやいやする

やる気満々

まず、こちらの状態では... このような理由が考えられます。

興味・関心

やってることに興味がない。または、まだ興味を持っていない。(持たせることができていない。)

目標(達成感)

そもそも、何のためにするのか分からない。
どこまで頑張ればゴールするのか分からない。

賞罰(利害)

やらなくても、何も言われない...
やってもほめてもらえない。ご褒美もない...

環境・つながり

集中できる環境じゃない。
がんばっても、誰も見てくれない。

どうすれば、「やる気」が出る？

「やる気満々！」とまではいかななくても、少しでも右側に動かすためには...

やらない！

いやいやする

やる気満々

興味・関心

まずは、やりたいことから始めよう！

目標（達成感）

ゴールがはっきりすれば、さらに...

賞罰（利害）

最初のうちは、賞罰も必要かも...

環境・つながり

学びやすい環境を整え、関わりを...

それぞれを具体的に考えましょう！ でも、その前に...

関わる前に

「具体的にどう関わるか」の前に留意してほしい5つのポイントがあります。

- ① 何のために関わる？ 関わる目的は？
- ② まずは理解を示すこと 「行動」より「気持ち」
- ③ 叱らず、問いかける！
- ④ 「あなたは...！」より「私は...」で
- ⑤ やっぱり「ほめる」

関わり方のポイント① 関わる目的

「とにかく、ちゃんとやりなさい！」が、本当に言いたいことですか。そうではないはずです。しかし、時間がなくて、ついその場しのぎの関わりになってしまいがちです。今、我が子とどんな思いで、どんな願いを持って関わろうとしているのか考えることが大切です。

☆ 自分自身は、どんな思い・願いで接するか？

- ・子どもにどうなってほしいと思っているのか
- ・子どもとどんな関係でありたい？
- ・自分自身はどんな親でありたい？

『関わり方』の前に、**『関わる目的』**

ポイント② まずは理解を示す

「やっていない」「だらだらしている」...というように、目に見える行動面だけに目が向いてしまいがちです。行動ばかりに目が向くと、「ああしなさい、こうしなさい」になりますが、気持ちに目を向けると関わり方も変わります。

☆ 子どもの行動ではなく、気持ちに関わる！

- ・「宿題してない」という行為→
「宿題したくなかった気持ち」は何か

『忠告・指示』の前に、『まずは理解を示す』

当然、理解を示すだけで行動を促すことはできません。しかし、気持ちの理解なしに指示をしてもいやいや取り組むだけになります。

ポイント③ 「指示」より「質問」

多くの場合、子供は既にやるべきことを分かっています。気持ちが伴わないだけです。よい行動に促したいとき、指示・命令よりも、問いかける方が効果的なことが多々あります。※気持ちを理解した上で！

☆ 子どもは、すべきだと分かっている！

- 「早く宿題しなさい！」→この指示ではいやいやする
- (やりたくない気持ちに理解を示した上で..)
「何時から始めるね？」
「漢字からする？ 計算からする？」

『叱らず指示せず問いかける！』

× × 「なんでせんとね？」 「どういうつもりね？」

ポイント④ 「あなたは」 より 「私は」

「アイメッセージ」...心理学で使われている表現の方法で、相手のことについてなにか言いたいときでも、あえて自分を主語にすることで、自分の思いが自然に伝わりやすくなります！

☆ 「私は～」で、さわやかに自己主張！

- ・「(あなたは)なんで毎日だらだらしているの！」
→「私は、あなたが心配。私は、～してほしい。」
- ・「(あなたは)なんで意地悪するの！！」
→「私は、あなたにそんなことしてほしくない」

『アイメッセージ！』

ポイント⑤ やっぱり「ほめる」!

そして、やっぱりほめることです。できたかどうかより、その過程に目を向けましょう。ほめることは、相手を認めることです。

☆ ほめる = 「見てもらってる」「認めてくれる」

・「結果」より「過程」

「100点とってすごいね！」

→「このテストで、100点取るなんて、よほど勉強がんばったんだね。」

・ほめるときも、「あなた」より「私」

「あなたは、絵が上手ね。」

→「私は、あなたの絵の～なところが好き。」

「いいところを伝えよう！」

どうすれば、「やる気」が出る？

以上、5つのポイントを意識しながら、やる気を高める以下の4つを具体的に考えましょう。

興味・関心

まずは、やりたいことから始めよう！

目標(達成感)

ゴールがはっきりすれば、さらに...

賞罰(利害)

最初のうちは、賞罰も必要かも...

環境・つながり

学びやすい環境を整え、関わりを...

やらない！

いやいやする

やる気満々

興味・関心

...好きなら当然やる気はでる！

学びは、興味・関心をもつことから始まります。子供が自分から見つけられたらいいのですが、なかなかそうはいきません。また、宿題の内容によっては、どうしても意欲が湧かないこともあります。ここは、保護者としてののがんばりどころで、「あの手この手」を考える必要があります。(できそうなことからやってみてください。)

①好きなことを見つけるきっかけづくり

- ・ 子どもと遊ぶ、遊ばせる
- ・ 挑戦させてみる
- ・ でかける
- ・ 本を読ませる
- ・ 手伝いをさせる

②好きなことから、興味を広げる

- ・ 歌が好き → 英語の歌詞が気になる → 英語が好き
- ・ ポケモンが好き → 名前を知りたい → カタカタ
- ・ サッカーが好き → ワールドカップ → 国名

興味・関心

...好きなら当然やる気はでる！

③好きになれなくても、関心を持たせる工夫

- ・ 計算きらい → こんな時に役立つよ → じゃあ、やろう
- ・ 国語きらい → この本おもしろいよ → 読んでみよう

☆「宿題」について

子供たちが家庭で取り組む学習(主に「宿題」と言われるもの)は、学校の先生方が「子供たちに必要だ」と考え、出されています。しかし、その価値が十分に子供たちに伝わらなかったり、一人一人に合った内容や量になっていなかったりして、子供の側からすると「やらされている」となることがよくあります。

お子さんの気持ちを聞いて、どうしても前向きになれない状態なら、保護者の方から、「きっと、先生はこんな力を付けてほしいと思って出してると思うよ。」
「頑張ったらこんな力が付くよ。」と話をしてください。

しかし、宿題の内容や量が、お子さんの実態にどうしても合わないと思われたときは、担任の先生に相談することも必要です。お子さんが少しでも前向きに取り組めるよう、先生と一緒に考えてみてください。

※そもそも「宿題」「勉強」は...

次のような言葉があります。

無理に強いられた学習というものは、何一つ魂の
中に残りはしない。 プラトン

楽しみながら学ぶのがベストだ。 エジソン

話が「宿題」にそれてしまいましたが、そもそも、「宿題」「勉強」は、子どもにさせなければならないものでしょうか？ やってるかどうかを管理するものでしょうか？ ※この議論は、いずれまたの機会に...

**「やりたくないことをなんとかさせる工夫」より、
「自分からやろうと思えるようにする工夫」を
お子さんと考えましょう。**

目標(達成感)

...キーワードは「達成感」!

興味・関心を高めることは、ハードルが高いかもしれませんが、この「目標」は、即実践できます! また、はじめの段階で興味・関心が持てなくても、うまく目標を設定して取り組んでいるうちに、自信につながり、興味が湧いてくるが多々あります。

①とにかく目標を持たせる (小さな目標から)

- ・ 9時までに終わらせよう! (時間)
- ・ 計算10問、ミスなしで! (量)
- ・ 明日の漢字テストで満点を取ろう! (結果)

②やってる姿を励ます、ほめる

- ・ おっ、がんばってるね! ・ 集中してるね。
- ・ こんな難しいのができるようになったとね!
- ・ 字が上手になったね! ・ 姿勢がいいね!

※「ほめよう!」という目で見たら、何でもいろいろ見つかる!

目標(達成感)

...キーワードは「達成感」!

③やり遂げたことをほめる

- ・ 予定どおりやね。お疲れ様。目標達成できたね。
 - ・ 間違っていないか、見てみようか! ばっちりやね。
- ※同じことの繰り返しになりますが、とにかくほめる!

④努力や結果を「見える化」とすると、さらに達成感を味わうことができる

- ・ 学校でよくやる「シール」作戦
(例: できた日はカレンダーに●のシールを貼る)
- ・ 取り組んだ時間や、解いた問題数をグラフに表す。
- ・ 終わった問題集やプリントを束にする。
(「こんなにたくさんやったんだ!」と感じる)

ちょっとした工夫や声かけで、やる気が出ます!

目標設定の具体例として

水泳の指導で ...「できてることをほめる」→「次の目標」!

①今、できてることを具体的に伝える

※プールに入っている限り、できていることは必ずある

- ・少し浮くことができたね。
- ・体がきれいに伸びてるよ。
- ・バタ足最高！
- ・ちゃんと息継ぎできてるよ。

②次の小さな目標を伝える

- ・浮けるんだったら、次は、体をぴんと伸ばせるかな？
- ・力を抜いてこういうふうにはバタ足したら・・・
- ・息継ぎのときの頭の位置をこうできないかな。

③少しの変化を認めてほめる

- ・さっきと全然ちがう！進んでる感じがするでしょう！
- ・（あんまりなくても）そんな感じで続けよう！

※あくまで声かけの一例です。(水泳の指導法としてではなく...)

イチロー選手の言葉より(私たちの道徳5, 6年)

あるインタビューで、子どものころを振り返って次のように語っています。

「キーワードは『達成感』ですね。まずは、小さな目標をひとつずつつていねいに立てていく。それを1つ1つクリアして達成感を得る。この作業を何度も繰り返せばプロ野球選手への道は開けていくに違いない。」



賞罰(アメとムチ) ...やる気を高める上で必要か？

「ここまでできたら、〇〇買ってあげる！」「やってなければご褒美なし！」 ...つい言ってしまいますが、みなさん、どうですか？

反対！！！！

まあ悩む・・・

やるやる！！

☆言うまでもなく、メリット・デメリットを考えて！

- ・ きっかけづくりとして、絶対にだめだとは思いませんが、取り組む側の子供が、いつまでもご褒美目的では▲。
- ・ 始めはご褒美目的でも、きっとやっているうちにやっていること自体の楽しさや価値に気付けば、ご褒美なしでもやるようになる。

環境・つながり

...直接関わる以外にも、方法が

①学ぶ環境を整える

- 宿題ができなかった子の中には、時々次のような子もいます。
- ・やろうと思ったけど、小さい弟や妹が騒いでできなかった。
 - ・おじいちゃんたちが、いつも大きな音でテレビを見ているから。
- どうしようもない事情もあるかもしれませんが、保護者として、できる限り学びやすい環境を整えてください。



※あるご家庭では、あまりやる気がでないお子さんが、自宅で仕事をする親の横で勉強するようになって、以前よりやる気が高まったそうです。

これも一つの学ぶ環境ですね。

環境・つながり

...直接関わる以外にも、方法が

②子供に関わる人を増やす(直接・間接)

ある大学の先生が「子供の学力や学ぶ姿勢は、その子とつながる人の数で決まる！」ということを主張しておられます。家庭学習で考えると、ある保護者が自分一人に関わるより、他の家族も声かけした方が意欲は高まります。また、家庭外でその保護者が他の人とつながって情報を得ることで、お子さんとの関わりが変わったりします。つながりが多いほど、いろいろな情報が入ります。

一人で抱え込まず、周りにいるたくさんの「人」とつながりを持ちましょう。

☆ たくさんのつながり

- ・親子
- ・兄弟
- 祖父母
- ・親と担任
- ・親同士
- ・先生同士
- ・子どもどうし
- ・子どもと地域
- ・地域と親
- ・地域と学校

家庭でできること(うきは市「家庭学習のススメ」より)

☆ まずは、規則正しい生活習慣

- ・ 「早寝・早起き・朝ご飯」が一番大事！！
- ・ テレビやゲームの時間の制限
- ・ 勉強する時間の確保

☆ 学習する環境づくり

- ・ 集中できる環境をつくる（テレビを消すなど）
- ・ 親も一緒に仕事や読書
- ・ 普段からの声かけ、会話

☆ 子どもの様子について学校（担任）と連携

- ・ 「時間がかかりすぎる、難しすぎる、やろうとしない、すぐ終わる」等、担任に相談する。

家庭でできること(まとめとして)

☆ 家庭学習への具体的支援

- 家庭学習の内容の確認
(今日の宿題は、何かな?)
- 終わったことへの確認や評価
(どれどれ、できたかな? よくがんばったね。)
- 宿題の丸付け
(分からないところは?ここはこうするんじゃない?)
- 自主学習 (自主課題) の内容への支援
(今日は、何の勉強すると?)
- 「勉強は楽しい!」と思わせる価値付け!!
(こんなことができるようになってすごいね)

※「ゲーム機」「テレビ」「スマホ」！！

うちの子はスマホばかりしているが、本当にこのままでいいのだろうか？
いけないとしても、なかなかやめないし…。



家庭学習のやる気に関わる大きな問題が「スマホ」「ゲーム機」等の問題です。このことで全く悩みはない！と言い切れる方はいないと思います。簡単に解決できる問題ではありませんが、見直す視点があります。

☆ ゲームの楽しさ、知っていますか？

大人でも、夢中になりやめられないこともあります。ゲームそのものが、途中でなかなかやめられないように作られています。これも、まずは子供の気持ちを理解することが大事です。「楽しくってやめられないね。でも、…」

※「ゲーム機」「テレビ」「スマホ」！！

☆ その上で、その「害」も知る。

そしてその害を子供に教える！

- ・ 貴重な時間をどれだけ消費しているのか。
 - ・ 脳にどんな害が及ぶか、その他にも…。
- ※このことについては、様々なリーフレットが出されているので、ご確認ください。

☆ そして、勝負する！！

※この「勝負」は、ゲームの勝負ではなく、保護者として、スマホ等にどう向き合わせるか、お子さんと真剣に話し合ったり、納得させたりすることです。「カづくでやめさせる！」ではなく、「もっとおもしろいことが！」や「私は、こんな点が心配（アイメッセージ）」など、本気で向き合う必要があります。

最後に、おすすめします。こんな家庭学習！！

☆ やっぱり読書！！

- ・ 楽しいから読んでるのに、頭がよくなる。
- ・ 本気で勉強し出したとき、本を読んだ子の伸びは！

☆ クイズ、パズル、なぞなぞ などなど！

- ・ 脳の活性化！ 考える楽しさ。
- ・ 問題出したり、出してもらったり、家族で楽しむ。

☆ 興味を持たせる環境づくり！

- ・ 地図、九九表、年表などを貼る

家庭だからこそ、できることを、今！

☆☆☆ 我が子の好きなこと、やりたいことを

- ☆ 見つけてあげる
- ☆ 一緒に探す
- ☆ 見つけさせる

☆☆☆ 本当に言いたいこと、分かってほしいことを

- ☆ 聞いてあげる
- ☆ 一緒にいてあげる
- ☆

おわりに

この状況がいつ落ち着くかは分かりませんが、以前の日常が戻ったときに、

「あのときに、家で、こんな関わりができてよかった。」

「あの時間のおかげで、子供との関係を見直すことができた。」

と振り返ることができたらいいな、と思います。

最後まで読んでくださり、ありがとうございました。