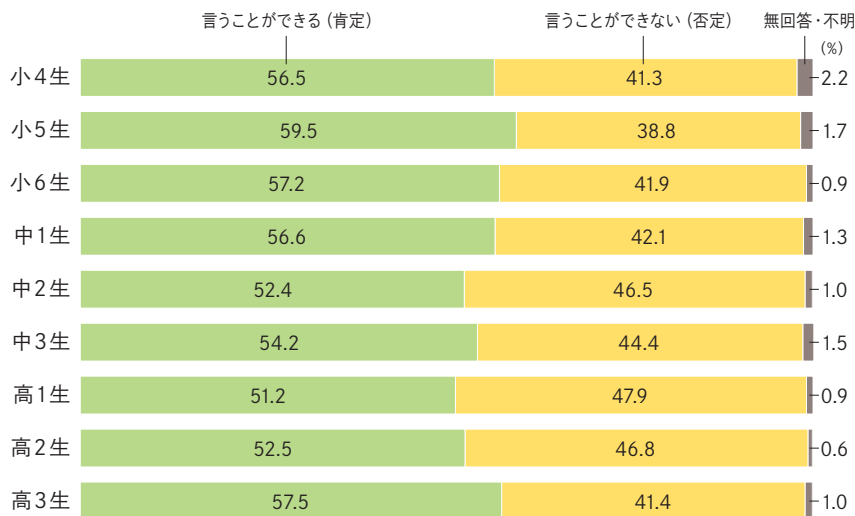


子どもたちの「自己肯定感」を高めるには

今回取り上げるのは、小・中・高校生の「自己肯定感」に関するデータです。同じ子どもを2015～2017年の3時点で追跡調査した結果から見てきた、「自己肯定感」を高める要素をご紹介します。

1 自分の良いところを「言うことができる」子は半数超

図1 「自分の良いところが何かを言うことができる」かどうか (学年別、2017年)



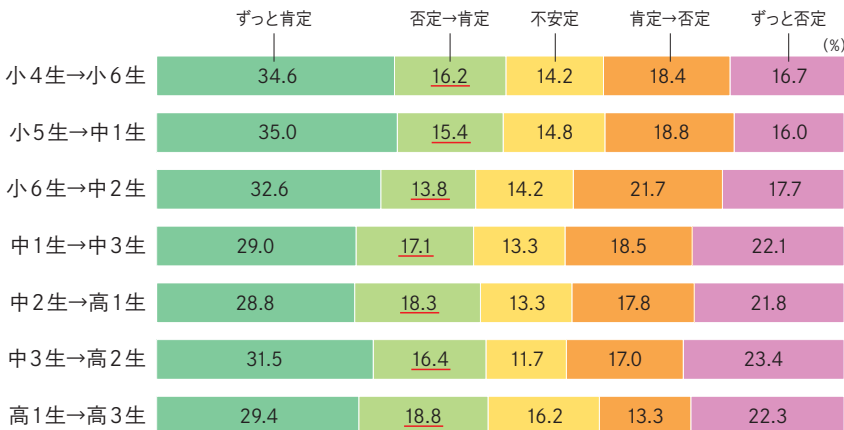
注) 小学4年生～高校3年生の子どもに、「自分の良いところが何かを言うことができる」かどうかを尋ねた。「言うことができる (肯定)」は、「とてもあてはまる」「まああてはまる」の合計、「言うことができない (否定)」は、「あまりあてはまらない」「まったくあてはまらない」の合計。

日本の子どもは、諸外国に比べて自己肯定感が低いことが、指摘され続けてきた。本調査でも、自己肯定感を測る項目として、「自分の良いところが何かを言うことができる」かどうかを尋ねたところ、「言うことができる」子どもは、どの学年でも5割台にとどまり、「言うことができない」子どもが約4割であった。学年別に見ると、中学2年生から高校2年生までは「言うことができない」の比率がやや高い (図1)。

自己肯定感とは、子どもが自信を持ち、学習者・生活者として自立していく上で重要な基盤であり、どの子どもにも持っていてほしいものだ。子どもの自己肯定感を高める鍵はどこにあるのだろうか。

2 2年の間に、自己肯定感を高めた子どもが2割弱

図2 「自分の良いところが何かを言うことができる」かどうかの2年間の変化 (学年別、2015～2017年)



注) 同じ子どもに、「自分の良いところが何かを言うことができる」かどうかを2015年、2016年、2017年の3時点で尋ね、「言うことができる (肯定)」と「言うことができない (否定)」の子どもごとの変化 (3時点、2年間) を集計したもの。「ずっと肯定」は「肯定→肯定→肯定」の子ども。「否定→肯定」は「否定→肯定 (または否定)→肯定」と変化した子ども。「不安定」は「肯定→否定→肯定」「否定→肯定→否定」と変化した子ども。

調査では、「自分の良いところが何かを言うことができる」かどうかを、同じ子どもに毎年尋ねている。子どもごとに変化を見ると (図2)、2年間で、肯定 (言うことができる) を維持する子どもは、どの学年でも約3割にとどまり、「自己肯定感」を持ち続けることは、結構難しいようだ。また、ずっと否定 (言うことができない) の子どもは、中・高生では2割以上おり、課題といえそうだ。

しかし、今回特に注目したいのは、2年の間に、否定→肯定に変化した子どもが、どの学年にも2割弱 (約6人に1人) いることだ。子どもは、何かのきっかけで自己肯定感を持てるようになる。周囲がそれをどう支援するかが大切だ。

出典 「子どもの生活と学びに関する親子調査 2015-2017」

東京大学社会科学研究所とベネッセ教育総合研究所が共同で立ち上げた「子どもの生活と学び」研究プロジェクトによる第1回調査(2015年実施)、第2回調査(2016年実施)、第3回調査(2017年実施)。毎年、小学1年生から高校3年生までの親子約2万組に調査し、子どもの成長のプロセスや成長に必要な環境・働きかけを明らかにしている。今年7月に第4回調査を実施。

◎詳細は下記ウェブサイト(プロジェクトの進行状況)をご覧ください。

<http://berd.benesse.jp/special/childedu/>

データ解説

ベネッセ教育総合研究所
初等中等教育研究室主任研究員

橋本尚美

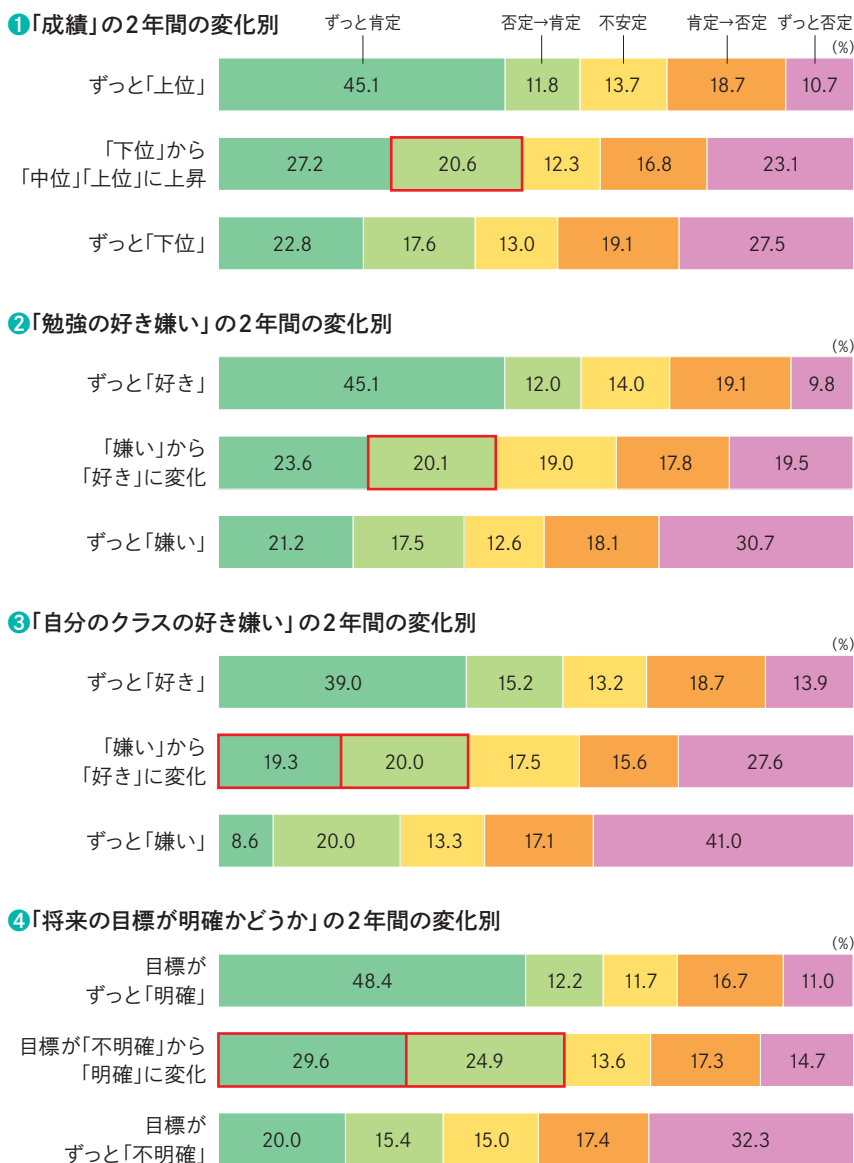
はしもと・なおみ



初等中等教育領域の子ども、保護者、教員を対象にした意識や実態の調査研究を担当。子どもの文化世界や学びの実態、子どもの成長環境としての社会・学校などに関心を持っている。

3 勉強好きへの変化や目標の明確化が、自己肯定感に影響

図3 「自分の良いところが何かを言うことができる」かどうかの2年間の変化
(中学生、他項目との関連、2015～2017年)



注1) ①～④は、2017年の中学1～3年生の数値。

注2) ①は、国数理社英の成績の自己評価の合計を「上位」「中位」「下位」に三等分し、2015年と2017年の2時点(2年間)の変化を集計したもの。成績が下降した子どもなどは省略した。

注3) ②は、「勉強がどれくらい好き」かを尋ねた質問に、「とても好き」「まあ好き」と回答した子どもを「好き」、「あまり好きではない」「まったく好きではない」を「嫌い」として、2015～2017年の3時点(2年間)の変化を見たもの。「好き」から「嫌い」に変化した子ども、不安定の子どもは省略した。

注4) ③は「自分のクラスが好き」か、④は「将来の目標がはっきりしている」かどうかを、2015～2017年の3時点で尋ねた結果を基に、②と同様に集計した。

勉強好きへの変化が自己肯定感に影響

以下では、自己肯定感を持っていない子どもが比較的増える、2017年時点で中学生のデータに注目して解説する(図3)。

2年の間に、どのような子どもが、自己肯定感をより高めたか(否定→肯定の比率)を見ると、成績が上昇した子ども(①)や、勉強が「嫌い」から「好き」になった子ども(②)は、他の子どもに比べて、自己肯定感を高めている傾向がある。成績だけでなく、勉強への意識の変化も自己肯定感の変化に関連していることから、勉強嫌いが増える中学生の時期に、学習の動機づけなどへの働きかけがより重要となるだろう。

また、③を見ると、自分のクラスが「嫌い」から「好き」になった子どもは、ずっと「嫌い」の子どもに比べて、自己肯定感が高く(ずっと肯定)、自己肯定感が高まった比率(否定→肯定)も2割である。クラスや友だち関係の重要性を改めて示す結果だ。

目標の明確化が自己肯定感に影響

関連が最も強く見られたのは、将来目標の明確さで(④)、将来目標が「不明確」から「明確」になった子どもは、ずっと「不明確」の子どもに比べて、自己肯定感が高く(ずっと肯定)、自己肯定感が高まった比率も高い(否定→肯定)。子どもが自分の将来について考え、夢や目標を持つことは、自分の可能性を信じ、自己肯定感を高めることにつながると考えられる。

学校や保護者、周囲の大人は、子どもたちが、日々の勉強やクラス・友だち関係の中で、また、自分の将来を考える経験を通して、自分のよさに気づき、自己肯定感を持ち続けられるようサポートすることが重要だろう。