



文部科学省
国立教育政策研究所
National Institute for Educational Policy Research

※最新版を、<http://www.nier.go.jp/shido/leaf/leaf18.pdf> から、直接にダウンロードできます。

生徒指導リーフ

Leaf over the theory and practice on Seitoshidou!

「自尊心」？
それとも、
「自己有用感」？

Leaf.18

生徒指導・進路指導研究センター

社会性の基礎となる「自己有用感」

「自尊感情」は、自己に対して肯定的な評価を抱いている状態を指す Self-esteem の日本語訳です。アメリカの心理学では以前から注目されてきた概念ですが、日本でも広く用いられるようになっていきます。

例えば、「自分に自信が持てず、人間関係に不安を感じていたりする状況が見られたりする」* という指摘を受け、その対策として“子供の「自尊感情」を高めることが必要”と主張される方は少なくありません。

しかしながら、日本では、児童生徒の「規範意識（きまり等を進んで守ろうとする意識）」の重要性も強調されています。それらを併せて考えるなら、「自尊感情」よりも「自己有用感」の育成を目指す方が適当と言えるでしょう。

なぜなら、人の役に立った、人から感謝された、人から認められた、という「自己有用感」は、自分と他者（集団や社会）との関係を自他共に肯定的に受け入れられることで生まれる、自己に対する肯定的な評価だからです。

◆日本の児童生徒の場合には、他者からの評価が大きく影響する。

◆「褒めて(自信を持たせて)育てる」という発想よりも、「認められて(自信を持って)育つ」という発想の方が、子供の自信が持続しやすい。

「自尊感情」とは

心理学用語 Self Esteem の訳語として定着した概念です。一般的には、「自己肯定感」「自己存在感」「自己効力感」等の語などと、ほぼ同じ意味合いで用いられているようです。

自分に対する自己評価が中心

一般の英語の辞書で Self-esteem を引くと、自尊心、プライド、うぬぼれ、…等の訳語が見つかります。元々は、プラス面もマイナス面も含んだ中立的な語であることがわかります。それを考えると、プラス面のみを想起させる「自尊感情」という訳語は名訳と言えるかも知れません。

しかし、「自尊感情」を高めるべく大人が子供を褒める機会を増やしても、必ずしも好ましい結果をもたらすとは言えないのも事実です。そもそも褒める以前に叱ったり行動を改めさせたりすることから始めるしかない児童生徒に悩むことは、少なくありません。また、大人が褒めることで自信を付けさせることができたとしても、実力以上に過大評価してしまったり、周りの子供からの評価を得られずに元に戻ってしまったり、自他の評価のギャップにストレスを感じるようになったり、ということが起きうるからです。

*文部科学省『中学校学習指導要領解説 特別活動編』平成 20 年、3 ページ

「自己有用感」とは

「自己有用感」は、他人の役に立った、他人に喜んでもらえた、…等、相手の存在なしには生まれてこない点で、「自尊感情」や「自己肯定感」等の語とは異なります。

自分に対する他者からの評価が中心

最終的には自己評価であるとしても、他者からの評価やまなざしを強く感じた上でなされるという点がポイントです。単に「クラスで一番足が速い」という自信ではなく、「クラスで一番足が速いので、クラスの代表に選ばれた。みんなの期待に応えられるよう頑張りたい」という形の自信です。その意味では、「クラスで一番」かどうかは、さほど重要ではなくなっている、とさえ言えます。

「自己有用感」の獲得が「自尊感情」の獲得につながるであろうことは、容易に想像できます。しかしながら、「自尊感情」が高いことは、必ずしも「自己有用感」の高さを意味しません。あえて、「自己有用感」という語にこだわるのは、そのためです。



平成 13～15 年度文部科学省委嘱研究「児童生徒の社会性を育むための生徒指導プログラムの開発」の研究グループは、その当時の子供たちの一番の問題を「社会性の基礎となる部分」、すなわち「人と関わりたい」という意欲そのものが低下しているところにあると考えました。そのことが人間関係の希薄化を生んだり、他人を平気で傷つけたり、ルールを守らなかったり、集団への参加を妨げたり、といった現象になっていくのではないか、という仮説を立てたのです。

その仮説の下で調査研究を行った結果、報告書の中で効果的な解決策として提言されたのが、「異年齢の交流活動の推進」によって「自己有用感」を育むことでした。その知見は、現行の小中学校の学習指導要領にも「異年齢集団による交流」の重要性として盛り込まれています。

★社会性の基礎となるもの

「人（他の子供）とかかわりたい」と思う気持ちは、自らの体験によってのみ、獲得されるものです。他の子供と一緒に遊んだりすることを通して、「人とかかわることって楽しい」「人とかかわることって苦痛なことではない」と感じるころから「人とかかわり」は始まります。それが、「社会性の基礎」を形づくっていくのです。

年少者の課題は、一言で表現するなら、「人とかかわることが好き」ということ、集団活動に進んで参加できることです。そして、年長者になるにつれ、そうしたかかわりを通して、進んで協力できた、自分から働きかけができた、誰かの役に立つことができた、という集団の一員としての自信や誇りの獲得が課題となります。

出典：『生徒指導支援資料3 「いじめを減らす」』所収の「子供の社会性が育つ『異年齢の交流活動』－活動実施の考え方から教師用活動案まで－」3 ページのコラムより

- ◆ 他者の存在を前提としない自己評価は、社会性に結びつくとは限らない。
- ◆ 「自己有用感」に裏付けられた「自尊感情」が大切。

★ワンポイント・アドバイス★

「褒めること」と「認めること」の違いは？

大人の側に見れば、この両者の違いはあつてないようなものでしょう。「認めてあげようと思って、褒めている」「褒めることは、そのまま認めること」という感覚なのではないでしょうか。そして、多くの子ども、そんな感じで受け止めていることでしょう。とりわけ、年齢が低いほど、その差はないに等しいに違いありません。

しかし、「認めてほしい」「認めてもらいたい」と強く思っている子供には、そんな大人の言い分は通じないかも知れません。中には、「褒められてもうれしくない」といった子どもも出てきたりするのです。一体、何が違うのでしょうか。

大人が子供を「褒める」ときは、一般に大人の基準や水準で「褒める」ことが多いように思われます。そして、大人の側の基準で一定の水準に達した、水準を超えたと評価するのが「褒める」という行為と言えます。反対に言えば、水準に達しない場合には「頑張りなさい」と叱咤激励することはあつても、褒めることは稀でしょう。

それに対して、子供が「認めてもらいたい」ときというのは、一般に子供の基準や水準で「褒められたい」のではないのでしょうか。子供なりのこだわりで努力したり工夫したりしたことを「認められたい」のです。だから、大人の考えた基準に達していなくとも「褒めてほしい」と考えたり、大人の考えた水準に到達して「褒められた」場合でさえ、大人の基準とは異なる子供の基準でも「褒めてほしい」と考えたりするわけです。

だから、自分がさほど努力もしていない、自分の功績ではないことを、「みなさん、よく頑張りましたね」と全員を一括りにして褒められても、さほどうれしくもなく、励みにもならないのかも知れません。子供の実際の行動と向き合うことなく、表面的にお世辞を言ったり、ちやほやしたりしても、子供の「自己有用感」はおろか、「自尊感情」すら高めない可能性が高いのです。

行事に取り組む、学習に取り組む際などに、子供自身に目標や工夫する点、努力する点などを考えさせておき、その基準に沿ってどこまで達成できたのかを評価することが「認める」という行為では重要になります。それが、「自己有用感」を育むのです。単に良かった・悪かったと評価するだけの「褒める」では、「自尊感情」を育むことはできても、「自己有用感」を育むことにはなりにくいのです。

例えば、「ふりかえりシート」を用いているのであれば、児童生徒の振り返りに対して、ただ「頑張ったね」とだけ書くのではなく、その児童生徒が「こだわった」「見てほしかった」点に触れた記述を返しましょう。そのためにも、一人一人をきちんと見ることが大切です。

★当センターで作成した調査研究報告書等一覧：<http://www.nier.go.jp/shido/centerhp/3.htm>



文部科学省
国立教育政策研究所
National Institute for Educational Policy Research

編集 生徒指導・進路指導研究センター
TEL 03-6733-6880
FAX 03-6733-6967
初版発行 平成27年3月