



👍 自制心とやり抜く力 👍

「非認知能力」を知っていますか。私は最近になって知りました。「非認知能力」があるわけですから、もちろん「認知能力」もあるはず。こちらは昔から知っています。「認知能力」はいわゆる学力と同じで、学力テストや知能テストで測ることができ、客観的な点数にできる力のことを指します。例えば、テストの点数が高いから、この教科は得意なのですね、と誰もが客観的に評価できる力のことです。イメージしやすいですね。それに対して「非認知能力」は、文字からも分かるように、認知能力ではない能力のことで、誰もが客観的に評価できない能力です。例えば、やささってどれくらい？ と考えたときに、人によって評価が違います。そういった客観的に評価できないもので、私たちの内面や人格形成に深くかかわってくる力を総称して、「非認知能力」と理解すればいいようです。その他にも、コミュニケーション力や意欲など、数値化できないけれど必要とされている能力を「非認知能力」と呼びます。

「非認知能力」が注目されるようになった背景には、社会の急激な変化が大きく関わっているそうです。グローバル化、情報化、人工知能の発達など、現代社会は急速に変化しています。また、イノベーション（新たな価値を生み出し、社会・経済に変革を起こす活動）により社会の構造自体も変化しており、これまでと同じスキル（熟練した技術）では太刀打ちできないものになっています。そこで、非連続的に発展する未来社会を生き抜く力を育むものとして、「非認知能力」への注目が高まったそうです。

「非認知能力」といっても、さきほど書いたようにいろいろなものがあります。この中で、人生の成功のためにとくに重要な（学歴・年収・雇用などの面で、子どもの人生の成功に長期的にわたる因果関係を持っていて、教育やトレーニングによって鍛えて伸ばせる）「非認知能力」は、「自制心」と「やり抜く力」の2つらしいです（鍛えれば伸ばせるものなのですよ）。

「マシュマロ実験」と呼ばれる「自制心」に関する有名な研究があります。アメリカの大学の心理学者が保育園で自制心を次のような方法で計測しました。まず、子どもにマシュマロを差し出します。次に、「いつ食べてもいいけれども、大人が部屋に戻ってくるまで我慢できれば、マシュマロを2つ食べられます」とだけ伝えて、大人は部屋を退出します（いつ戻ってくるかは知らせていません。ちょっとかわいそう。）。そして、部屋を出て15分後、大人が戻ってきます。この結果、およそ3分の1は15分間我慢して2つのマシュマロを手に入れることができたが、残りの3分の2は我慢できずにマシュマロを食べていました。その後、彼らの人生を追跡調査した結果、高校生になったときにかなりの差が生じていることが判明します。大人が戻ってくるまで我慢して2つのマシュマロを手に入れた子どもは、我慢できずに食べてしまった子どもよりも、アメリカ版の大学入学共通テストの点数が高かったそうです。みなさんはどちらのタイプでしょうか。

もうひとつの重要な「非認知能力」として挙げられているのが、「やり抜く力」です。非常に遠い先にあるゴールに向けて、興味を失わず、努力し続けることができる気質と定義されています。この「やり抜く力」は、質問に答えてもらい簡単に数値化することができるそうです。最近の研究では、「認知能力」の改善には年齢的に最適な時期が存在しているそうですが、「非認知能力」は成人後まで可能性のあるものも少なくないということが分かっています。私は年齢的に無理かもしれませんが、みなさんは今からでも、自分の気持ちと取り組みで改善できるものなのです。

「自制心」は「筋肉」のように鍛えるとよいといわれています。筋肉を鍛えるときに重要なことは、継続と反復です。腹筋や腕立て伏せのように、「自制心」も何かを繰り返し継続的に行うことで向上します。また「細かく計画を立て、記録し、達成度を自分で管理する」ことが「自制心」を鍛えるのに有効であると報告されているようです。また「やり抜く力」を伸ばすためには、「心の持ちよう」が大切であるといわれています。「自分のもともと能力は生まれつきのものではなくて、努力によって後天的に伸ばすことができる」ということを信じる子どもは、「やり抜く力」が強いことが分かっています。また、日本のデータでは、中・高校生のときに培われた勤勉性、協調性、リーダーシップなどの「非認知能力」が学歴・年収・雇用に影響することを明らかにしています（お金は大事です。お金がないと欲しいものも買えません）。また、外向性や勤勉性といった「非認知能力」は、年収や昇進に影響を与えることも示されています。

みなさんは現在、卒業後の進路に向けて日々取り組んでいます。自分でしっかり考え、決めたことを実行し、目標に向かってひたむきに取り組んでください。仮に困難や挫折を味わっても、あきらめずに努力し続けることが大切です。「自制心」と「やり抜く力」を意識して、邁進していこう。

出典 中室牧子著 『「学力」の経済学』

9月の主な予定

2日（火） 特別時間割 情報モラル講話（1、2時間目）

3日（水） 特別時間割 非行防止教室（1、2時間目）

4日（木） 特別時間割 選挙出前講座（1、2時間目） / カウンセリング（大西先生）

5日（金） 特別時間割 LHR（1、2時間目）

9日（火） カウンセリング（浅見先生）

12日（金） 就職壮行会（4時間目）

17日（水） カウンセリング（浅見先生）

18日（木） カウンセリング（大西先生）

24日（水） 平常授業（0～2時間目） 体育祭準備（3、4時間目）

25日（木） 体育祭 26日（金） 体育祭予備日 29日（月） 赤ちゃん先生（1、2時間目）

生活体験発表校内大会で3A ディーパさんが最優秀賞を受賞しました。ディーパさんは錦城高校代表として、9月7日（日）に松陽高校で開催される東播磨・淡路地区大会に出場します。

「学校に遅刻しそう!」「体調が悪い。」 そんな時は・・・

錦城高校 固定電話 078-928-3749 携帯電話 070-1276-2326

社会通念として、始業前に連絡を入れましょう。無断欠席はもってのほかです。