

SCだよ！

令和5年6月22日

小幡小学校SC

鈴木 宏始

やる気って何？

「よし やるぞ！」。勉強、宿題、部活、ゲームなどなど「やる気になる」って心が引き締まりますよね。



「やる気」とは言葉どおりに「～をやる」気持ち。なので、やる気をだすにはしっかりした「目的」や「目標」をもつことが大切です。「目的」とはたとえば「サッカーがうまい」というような自分のイメージ。目標は「リフティング 10回」のような数字など具体的なものです。勉強であれば「頭が良い自分」が目的で「テストで全部 **✖**」が目標とか。その目的、目標も自分で決めることが大切です。

目的や目標をやりとげるため「やる気」を維持・持続しなくてはなりません、そのために必要なものが実は「我慢」することとされています。さて、みなさんにとってそれは何でしょう。

保護者の皆さま ☆ やる気を支える ☆

やる気は心理用語では「動機付け」と言います。それには自分で目的・目標をもつ場合（内発的）、あるいはご褒美つきで目的・目標が与えられる場合（外発的）があります。「好きなことに夢中になる」という内発的な動機付けがよりやる気がたかい、とされていますが、それぞれ本人がその気になることがなにより大切です。

そのため、ゲームやスマホなどが目につかないよう環境を整える。児童が「勉強って大事だ」と思ったり（価値付け）、友だちを頼ったり、自分でご褒美（自己報酬）を準備したりなど児童自身がやる気をコントロールする手法を身につけることが大切です。さらに目的・目標を妨げるような誘惑を自発的に「我慢する」ことが意外と大切です。「我慢させる」のはなく、です。保護者の方々にはその援助に留意していただけたらと思います。

（参考） 外山美樹「勉強する気はなぜ起こらないのか」ちくまプリマー新書



相談できる日は（6～9月） 火曜日

6月27日

7月 6日《木》、11日、18日

9月 5日、12日、19日、26日

相談時間 9:00～16:45