

「実践報告」

## 小学校段階における失敗に関する認知を整えるための実践研究

山本実来（長崎大学大学院教育学研究科教職実践専攻）

内野成美（長崎大学大学院教育学研究科）

### 1. 実践研究の背景と目的

WHO（世界保健機関）において健康とは、「完全な肉体的、精神的及び社会的福祉の状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない」とされている。これを古荘（2009）は「身体のみならず精神状態も良好で、かつ家庭・社会生活が順調」と説明している。また、身体的、心理的、社会的側面などさまざまな要素を包括している概念として、QOLがある。

古荘純一著『日本の子どもの自尊感情はなぜ低いのか 児童精神科医の現場報告』（古荘純一, 2009）によると、日本の子どものQOLについては、学年が上がるにつれて得点が低下していく傾向があること、その中でも「自尊感情」の項目の下がり方が顕著であることが報告されている。

この「自尊感情」で重要となることとして、挑戦したけれど失敗したときにその原因をどう認知するか、前向きの考え方ができるかどうか、という点が挙げられている。また、「自尊感情」は小学3～4年生くらいから顕著に下がりはじめ、その後下降をたどることが指摘されている（古荘, 2008）。この理由として考えられるものの一つに、その頃から「他者と自分を比較する中から、次第に自らの欠点や弱点に気づき下がる」という説もある（近藤, 2010）。

さて、自尊感情の低下に関わる「失敗の認知の仕方」「自分への見方」2つのポイントを含むと考えられる思考様式に、マインドセットというものがある。マインドセットは努力によって能力は伸びると思うかどうかによって大きく2つに分類することができ、それぞれ失敗の捉え方が変わってくるということがわかっている（Dweck, 2008）。

本実践研究では、自尊感情の低下に関わる「失敗の認知の仕方」「自分への見方」2つのポイントが、マインドセットと深く関係すると考え、マインドセットとQOL得点、特に自尊感情項目との関係や、学級での満足度との関連について考察した。さらに、マインドセットに関する授業実践を行い、その効果を検証することとした（表1）。

表1 本研究の目的

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>● 知能観マインドセットとの関連を調べる</li><li>● 知能観マインドセットに関する授業実践を行い、効果を検証する</li></ul> |
|--|

## 2. 研究の対象・方法

### (1) 対象と期間

#### 【実習1 実習2】

対象：A小学校3年X組（男子15名、女子15名、計30名）

期間：2017年4月～2017年7月（週2日）

※アンケートは、同学年他学級Y組Z組でも実施した。

#### 【実習3 実習4 実習5】

対象：B小学校5年X組（男子12名、女子19名、計31名）

期間：2017年9月～2017年12月（週3日、9月のみ週5日）

### (2) 方法

- 「子どもアンケート」（知能観マインドセット尺度及びQOL尺度、失敗の捉え方に関する質問）の実施（2回）
- 「Q-U 楽しい学校生活を送るためのアンケート」（図書文化）の実施（1回）

### (3) 授業

授業は、表2に示してあるポイントに気をつけて実施した。これらは、キャロル・ドゥエック著『マインドセット 「やればできる！」の研究』（Dweck, 2008）を基に、「しなやかマインドセット」を育むために必要なポイントをまとめたものだ。

表2 授業で気をつけたポイント

<<必ず入れること>>

- 能力は固定的なものではなく、努力次第で伸ばすことができる
- 上記のことを信じて取り組む人が伸びるということがわかっているということ

<<目指す児童の姿>>

#### 失敗の認知の仕方

- 失敗しても失敗したことではなくその後の成長に目を向けることができる

#### 自分への見方

- 自分の能力は努力次第で伸ばすことができると信じていることができる
- 自分の成長に意識的に目を向けることができる

## 3. 結果 -知能観マインドセットとの関連について-

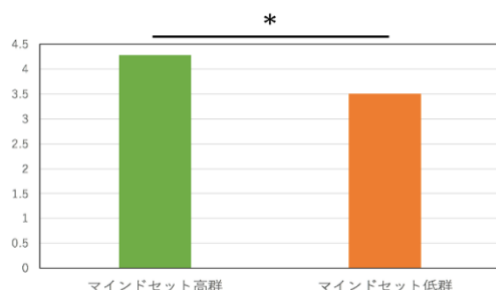
### (1) 失敗の捉え方との関連

A小学校、B小学校では共に「あなたは失敗する（テストで間違える 発表で間違える）ことは悪いことだと思いますか」という質問に対する回答の結果を表3に示す。なお、知能観マインドセットの結果から、平均点を含めそれより得点が高いものをマインドセット高群、平均点より低いものを低群とした。また、失敗の捉え方については、高いほど失敗の捉え方が肯定的であるとされる。

表3 それぞれの実習によるマインドセットと失敗の捉え方の結果

A小学校	マインドセット高群がマインドセット低群に比べ、有意に得点が高いことが示された。
B小学校	マインドセット高群がマインドセット低群に比べ、得点は高いが、有意な差は示されなかった。

A小学校ではマインドセット高群がマインドセット低群に比べ、有意に得点が高く、失敗に関してマイナスに捉えていないことが示された。一方でB小学校では有意な差は見られなかったが、A小学校と同様にマインドセット高群の方が、マインドセット低群に比べ、得点が高かった。ここで、双方の結果を合計すると、マインドセット高群の方が、マインドセット低群に比べ、有意に得点が高いことが示された ( $t(117)=3.28, p=.001$ ) (図1)。B小学校で有意な差が見られなかった要因はデータ数にあるのではないかと考えた。



マインドセット高群はマインドセット低群と比べ、失敗することをマイナスに捉えていない傾向があることが示され、マインドセットと「失敗の認知の仕方」には関係があることが示唆された。

◀図1 マインドセットと失敗の捉え方

## (2) QOL 得点との関連

マインドセットと QOL 得点の結果を表4に示す。QOL 総合は「身体」と「家族」を除いた総合得点とした。

表4 マインドセットと QOL 得点の結果 (A小学校B小学校)

	A小学校	B小学校
QOL 総合得点	n. s.	n. s.
精神	$t(82)=2.76, p=.001$	n. s.
自尊	$t(82)=3.48, p=.001$	$t(25)=2.72, p=.01$
友だち	n. s.	n. s.
学校	$t(82)=2.76, p=.007$	n. s.

B小学校での結果は、データの数の差はあったが、「自尊感情」では有意な差が見られたため、対象学年の違いについても検討の余地を残したことが課題となった。また、A小学校B小学校共に「自尊感情」で有意な差が見られた。自尊感情で重要となることとして、「失敗の認知の仕方」「自分への見方」2つのポイントがあることがわかっている。今回の結果から、知能観マインドセットと「失敗の認知の仕方」「自分への見方」には密接な関係があることが推察される。

## (3) Q-U との関連

知能観マインドセットとQ-Uの結果を表6に示す。

表6 マインドセットとQ-Uの結果

	マインド セット	学校生活 満足群	侵害行為 認知群	非承認群	学校生活 不満足群
A小学校	高群	49%	33%	7%	11%
	低群	45%	16%	12%	31%
B小学校	高群	72%	14%	7%	7%
	低群	57%	0%	36%	7%

この結果から、マインドセット高群はマインドセット低群と比べ、侵害行為認知群に属している割合が高く、非承認群に属している割合は低いことが共通していることがわかる。言い換えると、マインドセット高群は「認められてはいるが、嫌なことを言われたりしている」と感じる児童が、マインドセット低群は「認められてないが、嫌なことを言われたりはしない」と感じる児童が多いことということだ。マインドセット低群が「認められていない」と感じていることは、マインドセット低群が自尊感情の得点が低いことと関係があるのではないか。

#### 4. 結果 -授業実践と授業前後の変化について-

##### 1) A小学校

##### ①授業内容

1 本目の授業は、児童の持つ「努力しても能力は変えられない」という考えを崩すために、「努力によって能力は伸ばすことができる」ということを伝える授業を行なうことにした。授業のねらいは、以下の通りである。

ねらい	才能について考え、才能は伸ばすことができると知り、自分の可能性を信じる情を育てる。(道徳：A-(5)希望と勇気、努力と強い意志)
-----	--

資料の選定にあたっては、主人公がしなやかマインドセットの考え方をしていること、主人公の葛藤があることを条件とした。授業で気をつけたポイントは表7に示した通りだ。

2 本目の授業では、1 本目の授業後、「努力によって才能（能力）は伸びるということが研究でわかっている」ということを知ったものの、本当に才能は努力によって伸ばすことができるのか疑問が残っている児童がいたことが課題と感じられたため、このことを2 本目の授業へ生かすことにした。授業のねらいは、以下の通りである。

ねらい	努力の方法や失敗の価値について考え、自分でやろうと決めた目標に向かおうとする態度を育む。(道徳：A-(5)希望と勇気、努力と強い意志)
-----	---

資料の選定にあたっては、主人公が努力したのにできない状態であること、努力の方法にできない理由があることを条件とした。しかし、既製のものからは適切な教材を発見することができなかつたため、学級担任と相談した上で条件に合った資料を自作した。授業で気をつけたポイントは表7に示した通りだ。

表7 実習1実習2の授業で気をつけたポイント（1本目、2本目）

<<必ず入れること>>
-------------

- 能力は固定的なものではなく、努力次第で伸ばすことができる
  - 上記のことを信じて取り組む人が伸びるということがわかっているということ
- <<目指す児童の姿>>
- 失敗の認知の仕方
- 失敗しても失敗したことではなくその後の成長に目を向けることができる
- 自分への見方
- 自分の能力は努力次第で伸ばすことができると信じていることができる
  - 自分の成長に意識的に目を向けることができる

②授業前後の変化

【知能観マインドセットの変化】

A小学校では、知能観マインドセット尺度の総合点については、天井効果が見られた。実際、全ての学級で有意差は見られなかった。しかしながら、X組では平均点の向上が見られた。また、効果量を調べると、X組のみ小さな効果が見られた（表8）。

表8 マインドセット尺度の総合点平均値（標準偏差）（A小学校）

	1回目	2回目	効果量d
X組	11.83(3.27)	12.63(2.58)	0.27
Y組	13.14(2.86)	12.79(3.29)	-0.11
Z組	13.31(2.12)	13.07(2.39)	-0.11

【失敗の捉え方の変化】

A小学校では、X組では2回目の得点が1回目と比べ、有意に高く、失敗に対して肯定的な捉え方へと変化したことが示された（ $t(29)=2.56, p=.016$ ）。一方でY組Z組では有意な差は示されなかった。

【QOL 得点の変化】

A小学校では、QOL 総合得点については、有意な差は示されなかったものの、2回目の得点が1回目と比べ高かった。本研究で注目している「自尊感情」についても、有意な差は示されなかったものの、2回目の得点が1回目と比べ高かった。

2) B小学校

①授業内容

1本目の授業は、児童の持つ「努力しても能力は変えられない」という考えを崩すために、「努力によって能力は伸ばすことができる」ということを伝える授業を行なうこととした。授業のねらいは、以下の通りである。

ねらい	「努力すること」について考え、自分に才能が本当にあるのかわからない中自分と向き合うことも努力に含まれていることを知り、自分が目指す生き方や誇りある生き方に近づく。（道徳：D-（22）よりよく生きる喜び）
-----	---

資料の選定にあたっては、主人公がしなやかマインドセットの考え方をしていること、主

人公の葛藤があることを条件とした。授業で気をつけたポイントは表9に示した通りだ。

2本目の授業では、児童の持つ「失敗は悪いものだ」と考えていたり、失敗した後、ネガティブな気持ちが長引いたりする状態を整えるために、ポジティブな考えを育む授業を行なうことにした。授業のねらいは、以下のとおりである。

ねらい	「失敗したときの気持ち」について考え、前向きな「考え」ができれば失敗は怖くないかもしれないということを知ることを通して、日常生活や学習に対して失敗を怖がらずに努力・挑戦する気持ちを育む。(学級活動(2)ア希望や目標をもって生きる態度の形成)
-----	--

資料の選定にあたっては、筆者自身が失敗への恐怖を少しずつ克服し挑戦できるようになった経験を基に、認知行動療法の要素が入っていることを条件とした。また、実習1, 2のA小学校で実施した2本目の授業での「実際児童が頑張ってもできなかったことを解決する授業を行なうと、より実感を伴った理解をすることができてよかったのではないか」という課題を踏まえ、今回は児童自身の経験を授業で使用したいと考えた。授業で気をつけたポイントは表9に示した通りだ。

表9 実習3実習4実習5の授業で気をつけたポイント (1本目、2本目)

<p>&lt;&lt;必ず入れること&gt;&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●<u>能力は固定的なものではなく、努力次第で伸ばすことができる</u></li> <li>●<u>上記のことを信じて取り組む人が伸びるということがわかっているということ</u></li> </ul> <p>&lt;&lt;目指す児童の姿&gt;&gt;</p> <p><b>失敗の認知の仕方</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●<u>失敗しても失敗したことではなくその後の成長に目を向けることができる</u></li> </ul> <p><b>自分への見方</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●<u>自分の能力は努力次第で伸ばすことができると信じていることができる</u></li> <li>●<u>自分の成長に意識的に目を向けることができる</u></li> </ul>
---

## ②授業前後の変化

### 【知能観マインドセットの変化】

B小学校では、有意な差は示されなかったものの、2回目の得点が1回目と比べ高かった(表10)。

表10 マインドセット尺度の総合点平均値(標準偏差)(B小学校)

	1回目	2回目	効果量d
X組	12.45(2.27)	12.90(2.38)	0.19

### 【失敗の捉え方の変化】

B小学校では、有意な差は示されなかったものの、2回目の得点が1回目と比べ高かった。

### 【QOL 得点の変化】

B小学校では、有意な差は示されなかったものの、2回目の得点が1回目と比べ高かった。

## 5. 知能観マインドセットを育むための授業の要素

A小学校及びB小学校の授業前後の変化の結果から、効果があると考えられる授業の要素を考察し、その中でも共通していたものを表 11 に示す。なお、「考えを癖付けるために回数を重ねる」というのは、A小学校B小学校共に有意差が出なかった要因の一つと捉えている。

表 11 しなやかマインドセットを育むために効果があると考えられる授業の要素

何が	どう効果があるのか
「努力によって能力は伸ばすことができることが研究でわかっている」ということを知る	「努力しても能力は変えられない」という考えの変化
<p>「なぜ努力をしたら能力は伸びるのかを考えるきっかけ」を設ける</p> <div data-bbox="240 819 724 1010" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>(例)</p> <p>様々な努力の方法があることを知る みんなが同じ方法でできるようになるわけではないことを知る</p> </div>	「努力しても能力は変えられない」という考えの変化
<p>失敗に対するイメージを変える</p> <div data-bbox="240 1099 724 1379" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>(例)</p> <p>解決の知恵袋 認知行動療法など、失敗したことや挑戦したいけれど怖いことに対し、具体的なアドバイスを送る取組 失敗から学んだことを書いていく</p> </div>	<p>失敗の捉え方の変化</p> <p>→失敗しても「別の方法で頑張ってみよう」「この方法が自分に合っていなかったのかも」と前向きに考えることができるきっかけとなるからではないか</p>
児童自身の経験が主となるような授業を行なう	<p>「努力しても能力は変えられない」という考えの変化、失敗の捉え方の変化</p> <p>→実感を伴った理解ができるからではないか</p> <p>→「なぜできなかったのか・どうしたらできるようになる可能性があるのか」を知り、少し気分が軽くなる経験をすることができ、自分自身や失敗に対してより前向きな考えができるためではないか</p> <p>※具体的なアドバイスをできるといいが、そのためには支援が必要</p>
考えを癖付けるために回数を重ねる	<p>「努力しても能力は変えられない」という考えの変化</p> <p>失敗の捉え方の変化</p>

	→考え方は一度では定着しにくい →失敗したとき、自分で自分に対しアドバイスを送ることができるようにするため
--	--

特に、しなやかマインドセットを育てて自尊心を高めるためには、「考えを癖付けるために回数を重ねる」ことが重要だと考える。回数を重ねることによって、失敗や挑戦に対するイメージはより柔らかくなっていく。すると、挑戦後の失敗を怖れる気持ちが弱くなり、挑戦することが増えるようになっていくのではないだろうか。挑戦し、成功したときには喜び、失敗したときには再度失敗に対するイメージを変えていく…これが繰り返されると、「失敗しても成功しても成長」という考えが児童の中に確立し、自己効力感の向上へつながり、さらに自尊心の向上へとつながるのではないかと考える。

これらのことを踏まえて新しくしなやかマインドセットを育てるための授業の提案をする(図2)。



図2 しなやかマインドセットを育てるための授業提案

#### 主な引用・参考文献

- キャロル・S・ドゥエック (2016) 『マインドセット「やればできる!」の研究』 草思社  
 黒澤幸子、小林敏史 (2012) 『ワークシートでブリーフセラピー-学校ですぐ使える解決志向 & 外在化の発想と技法-』 ほんの森出版株式会社  
 近藤卓 (2010) 『自尊心と共有体験の心理学 理論・測定・実践』 金子書房  
 古荘純一 (2009) 『日本の子どもの自尊心はなぜ低いのか 児童精神科医の現場報告』 光文社