

**「当たり前を疑う」その先**

帝京大学小学校 校長 石井卓之

ブラック校則が話題となり、各地で改革が進んでいます。今まで学校が行ってきた「当たり前」はその当時、子どもの実態や社会の要請に適合し、成果をあげていたと思います。しかし、子どもも変わり、ましてや社会は急激に変化を遂げています。学校は今までの当たり前を再度見直す時期に入っています。

私が小学生の頃、進級した4月には必ず「1年間の目標」を書いていました（今は学期の目標が多いですが）。目標は教室の後ろの壁に掲示され、その後は書いた本人もその目標を忘れ、月日が経つに従って劣化した紙が3学期の終業式に返されるということの繰り返しでした。子ども心に、「目標を書く意味であるのかな。」とっていました。ある種の儀式的な活動が、その意義を見直すことなく、方法も改善されずに引き継がれていく事例の一つです。

プレジデント(2023.2.3)に精神科医・作家の樺沢紫苑さんが、「1年の初めに、『今年こそ夢を実現させるぞ!』と決意する人は少なくありません。しかし多くの場合、その夢は実現しないまま年の終わりを迎えます。なぜ、夢は実現しないのでしょうか?それは『言語化』できていないからです。」と書いています。そして、「言語化とは、自分が思っていることを「話す」「書く」ことを通じて、言葉にして伝えることです。この言語化によって、漠然としてとらえどころのない『夢』が客観的、具体的な『目標』となり、ひいては行動につながっていくのです。」と続けています。

「言霊」という言葉が万葉集でも使われていて、古代の日本人は言葉には霊が宿っており、その霊のもつ力が働いて、言葉に表すことが現実を実現すると考えていました。このことについて樺沢さんは、脳科学の立場から説明しています。

○人間の脳は、ワクワクしたときにドーパミンを出し、集中力、やる気、モチベーション、記憶力が高まる。すると能力は2割から3割アップする。

○夢を言語化し、周囲の人に語ることによって、自分の中でモチベーションが強化されると同時に仲間ができる。仲間とワクワクするとメンバー全員の意欲も高まり、協力体制が整い、高いパフォーマンスで大きな目標が達成できる。

○ワクワク感を引き出すためには、できるだけ具体的にイメージする。

私は、経験則的に自分の学校経営や今後の夢をできるだけ多くの人に語るようにしてきました。語ることで自身を追い込み、やらないことの言い訳ができないようにしていると自分では考えていました。しかし、改めて樺沢さんの論に触れ、確かにできそうもないことに挑戦するワクワク感があり、不思議と必要な時に助けられたり協力してくれたらする仲間がいたことに気がきました。

学校の子どもたちの目標を具現化する方法の一つは、短期の目標をもち定期的に評価することです。学期の目標をより具体的な言葉で書き、例えば一ヶ月ごとに達成度を自己評価します。できていなければ、どうすればよいのかを考えます。場合によっては目標の修正も必要となります。考えつかなければ友達や先生、保護者のアドバイスを求めることもできます。その過程にはこれから重要とされる試行錯誤や自己決定、課題解決力の発揮が必須となります。

学校の「当たり前を疑い」その先の活動を今後もチーム帝京小で進めていきます。