

子どもの非認知能力を育む

科学に基づく 子育てのヒント





子どもたちの未来のために

尼崎市長 松本 眞



子どもたちがこれからの社会を主体的に生きていくために必要な力を、どのようにすれば伸ばしていけるのか。そのために、データに基づいた研究を行っているのが「尼崎市学びと育ち研究所」です。

この研究所では、テストの点数のような「学力＝認知能力」だけではなく、「非認知能力」といわれる「やり抜く力」「自己肯定感」「コミュニケーション能力」といった、生きていく上で重要な力も合わせて育んでいくことを目的としています。

尼崎市では、令和7年度から、新たな「尼崎市こども・若者総合計画」のもと、『「子育てのまち」、「学びたいまち」あまがさき』の実現に向けて取り組んでいきます。

本研究所の研究は中長期に及ぶものであり、まだまだ道半ばですが、その研究成果を生かし、より効果的な子ども・教育政策を行っていきたいと考えています。ぜひご理解、ご協力をお願いいたします。

このパンフレットは、ご家庭でのお子様との関わり方の参考にさせていただくため、研究員の皆様の協力を得て作成しました。ここに記載されている内容はすべて科学的根拠に基づいています。ぜひ、ご一読いただければ幸いです。



非認知能力の重要性について

学びと育ち研究所 所長 大竹 文雄
(大阪大学特任教授)

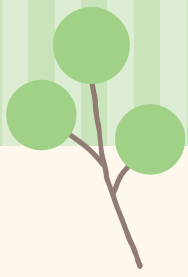


教育の重要さは誰もが理解していると思います。人生を豊かに、健康に、幸せに生きていく上で、教育が果たす役割はとても大きいものです。教育が重要と言うと、学歴社会を想像されるかもしれませんが。学歴に代表される認知能力は、確かに高い所得と関係していることが、世界各国のデータから明らかにされています。しかし、所得だけでなく、健康面などにおいても、重要な役割を果たすのが、やりぬく力、忍耐力、協調性といった非認知能力であることも様々な研究で明らかにされてきました。しかも、こうした非認知能力は、生まれつきのものだけでなく、学校や家庭の教育でも育てられるのです。

学校現場では、認知能力や非認知能力を育てるために、様々な取組がなされてきました。ところが、そうした取組にどのような成果があったのか、今までは必ずしもはっきりとはわからなかったのです。尼崎市の「学びと育ち研究所」では、個人情報保護した上で、データ分析をして、教育の成果や教育における様々な課題を明らかにしています。その成果は、学校現場の教育を改善することに役立てられています。教育の成果は、今日頑張ればすぐに出てくるものではありませんが、子どもたちやご家庭のみなさん、学校の先生たちの努力は、間違いなく将来結果として表れます。研究所での取組が子どもたちの幸福につながるよう研究を続けております。



非認知能力の育て方へのヒント



所長 大竹 文雄(大阪大学特任教授)

グリット（やりぬく力）の育て方

人生で成功するかどうかは、グリットと呼ばれるやりぬく力を持っているかどうかで予測できると言われています。では、どうすればグリットを育てることができるのでしょうか。トルコの小学校で大規模に行われた介入研究で、グリットは生まれつき変化しないものではなく、柔軟に変化するもので、次の4つで育てられることが示されています。

- 【1】 人の能力は生まれつき固定的でなく、変化するものだということを理解させること
- 【2】 技能を高め、目標を達成するためには、努力が重要であることを教えること
…努力をして成長したことをほめてあげることが効果的です。
- 【3】 失敗をよい意味に解釈することの重要性を教えること
…例えば、有名な科学者、芸術家、スポーツ選手が、成功するまで失敗や挫折を経験したのかを調べさせて、失敗を恐れず、簡単に諦めないことの大事さを教えます。
- 【4】 目標を設定し、そのために何をしなければいいのか設定することの重要性を教えること
…大谷翔平選手も、8球団からドラフト1位指名を受けるという目標達成のために、今から何をしなければいいのか具体的に目標達成シートに書いていたそうです。

Alan, S., Boneva, T., Ertac, S. (2019). Q. J. Econ. 134, 1121-1162.

失敗した時に叱ると上達する？

子供が成功したときにほめたほうが成長するのか、失敗した時に叱ったほうが成長するのかどちらだと思いますか？教師や親の多くは、失敗した時に叱ったほうが、効果的だと思っているのではないのでしょうか。それは、失敗したときに叱れば、次に上手くいくことが多く、成功した時にほめると次に失敗することが多いという経験則からそう考えがちなのです。しかし、心理学の研究では、成功したときにほめられるという報酬をもらったほうがより効果的だとされています。実は、成功したときにほめると次に失敗する可能性が高いというのは、ほめたことが原因ではなく、単に平均への回帰（成功と失敗の出現率）という統計的な特性を示しているだけなのです。

忙しかった日の子育て

ストレスがあった場合に子どもにきつくあたってしまうという経験をお持ちではありませんか。これは、研究でも実証的に明らかにされています。普段は良いしつけの仕方をしていても、仕事が忙しかったときは、望ましくないしつけ方をしていたのです。私たちは、だれでもこのような傾向があることを自覚することが大事です。そうすれば、家に帰る前に、今日は疲れているから、子どもを叱ってしまう可能性があるということを想像しておくことができます。難しいことですが、自分がストレスを溜めると、子どもにも悪影響が出るということを理解しておく、自分のストレス管理に注意をするようになると思います。

Repetti, R.L. (2006). Social Development 3(1), 1-15

- 🍀 グリット（やりぬく力）は生まれつきのものではなく、育てることができます。
- 🍀 失敗したときに叱るのではなく、成功したときにほめることが子どもの成長へ繋がります。
- 🍀 忙しかった日は誰も子どもにきつく当たる傾向があることを理解し、注意しましょう。



児童期の自尊心・自己肯定感を理解し、支える



主席研究員 藤澤 啓子(慶應義塾大学教授)

児童期からみられる自尊心や自己肯定感の低下

幼児期の子どもたちは、「わたし、これができる!」「ぼく、すごいんだ!」と万能感のかたまりのようです。このように自信に満ち何にでもチャレンジしていた子どもが、小学校の中学年を過ぎるころから、自分に自信を持てなくなることがあります。自尊心や自己肯定感の高低には個人差がありますが、平均的には児童期中頃から思春期の頃にかけて低下がみられたのち成人期に回復し、そして高齢期に入るとまた低下してくという年齢的な変化のあることが報告されています。

児童期の認知発達との関連

児童期中頃から、複数の視点からものごとを考えることや、大人ほどではないにせよ、客観的、論理的に考えることができるといった認知発達上の変化がみられます。自分について考えるときに、客観的な見方やクラスメイトなど他者との比較をしながら考えるようになることで、幼児期に見られた過大に高い自己評価が修正され、「だめな自分」「できない自分」というとらえ方が生じやすくなることが考えられるのです。つまり、自尊心や自己肯定感の低下は認知能力が発達してきたからこそ生じる育ちの姿と理解できるかもしれません。

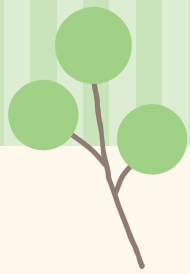
「こうなりたい」と「これでいいんだ」の両方を大切に

認知能力の発達を背景に、児童期の子どもたちは学力面や運動面、友達関係や性格といった複数の領域について自己評価をするようになっていきます。

周囲の大人は、子どもが何に自信をもち、何に苦手感をもっているのかをよく理解し、子どもが「だめな自分」に向き合い「こうなりたい自分」へと成長するプロセスを支えることが大切でしょう。一方で、だめなところ・嫌なところもあるけれど、良いところ・すごいところもある自分は「これでいい」のだと、子どもが自分の存在そのものを受け入れることもできるように導くことも大切です。

- ✿ 小学校の中学年頃から、自尊心や自己肯定感の低下がみられることがあります。
- ✿ 自尊心や自己肯定感の低下の背景には、自分を客観的に見たり、さまざまな領域からとらえたりすることができるようになる認知能力の発達が考えられます。
- ✿ 子どもが自信を持っていることや苦手を感じていることをよく理解し、子どもが自尊心や自己肯定感を保てるように支えることが大切です。

家庭における男女平等と子育て支援



主席研究員 安藤 道人(立教大学教授)

子育てにおける男女平等は進んだか？

男女平等がいろいろな場面で目指されるようになって久しいですが、日本の子育てはまだまだ母親頼みです。

そんなことはない、男女平等は着実に進んでいると感じている人もいるでしょう。ですが、様々な研究や調査からは、日本の子育てはまだまだ母親中心で、多くの父親は「母親を手伝う」レベル、多くの職場は「母親に配慮する」レベルであることも分かっています。

理解されない母親の生きづらさ

私は近年、認可保育園に申請した子育て中の母親たちへのアンケートに残された自由記述をまとめ、『母の壁』という本を共著で出版しました。自由記述にはさまざまな形で母親たちの苦悩や葛藤が記されていました。家庭でも仕事でも男女平等が「当たり前」のはずなのに、父親や職場はその「当たり前」に追いついていません。このような状況での母親の生きづらさは、「ワンオペ育児が大変」「育児と仕事の両立が大変」などだけではなく、より深いところでの母親たちのあきらめに繋がってしまうこともあります。

ですが、この母親の生きづらさはあまり理解されていません。「昔に比べれば父親も職場も、そして子育て支援制度もよくなっている」とも言われ、それは事実かもしれません。一方で、母親たちの男女平等の意識やキャリア意識も昔とは大きく変わっています。この意識の変化に比べると、現実の変化が遅すぎるのかもしれません。「こんなに手伝っているのに」「こんなに配慮しているのに」という言葉は、その意識と現実のギャップを深く実感させるものでもあります。

新しい「当たり前」を作っていくために

子育て支援についてのエビデンスを積み上げていくためには、子どもだけでなく、親・家族・社会の変化についての理解を深めていくことも大切です。新しい時代には、新しい保育・教育だけでなく、新しい親・家族・社会のあり方が求められます。

「昔よりも環境が整っているのに、今の母親は甘えている」という声に耳を貸す必要はありません。昔とは、子育ての状況が違うだけでなく、母親自身の平等感・人生観も大きく違います。子どもと親の幸せを実現するための新しい「当たり前」を模索している子育て世帯のみなさんの試行錯誤こそが、次の時代の新しいエビデンスになっていくと考えています。

- ✿ 子育てにおける男女平等は十分に進んでおらず、母親は生きづらさを感じがちです。
- ✿ 「今の母親は甘えている」という声に耳を傾ける必要はありません。
- ✿ 子育て世帯の試行錯誤こそが、次の時代の新しいエビデンスに繋がります。

教育環境が学力に与える影響

大竹 文雄 所長
(大阪大学特任教授)



研究内容

子どもが育った環境や学校の状況などの教育環境が、「学力」や「非認知能力」に与える影響について分析する。

アドバイス

新型コロナウイルス対策で、学校の休校や学級閉鎖が行われてきました。学校があれば、子どもたちの生活リズムは作られやすく、勉強時間も確保しやすいものです。しかし、学校が休みになると、リズムが崩れやすくなります。休み中は特に、ご家庭での勉強や生活が大切になります。その影響は意外に長く続き、子どもたちの人生にも影響する可能性があります。ご家庭で気をつけてあげることが大切です。

非認知的能力の育ちを捉え育む 乳幼児教育・接続期教育の開発

北野 幸子 主席研究員
(神戸大学大学院教授)



研究内容

乳幼児期の社会情動的育ちを支える保育実践を支援し、幼児教育と小学校教育との架け橋期の教育の充実を図る。

アドバイス

私は、乳幼児教育・保育学を専門としています。乳幼児期の教育は、人格形成の基礎を培うもので、その方法は、小学校以降の教科主義教育とは異なり、独自のものです。その充実を図り、小学校教育と繋ぐことが私たちの研究の目標です。自己中心性が高い幼児期には、子ども自らの思い（好奇心、探求心、あこがれ等）を育ちと学びの起点とし、また感覚器がとても敏感であるこの時期だからこそ五感を大いに活用した、豊かな経験を大切にしていきたいと思います。

周産期から幼児期までの状況が 発達や学力の向上に与える影響

永瀬 裕朗 主席研究員
(神戸大学大学院特命教授)



研究内容

周産期から幼児期までの児童に対し、どのような関わり方がその後のより良い発達や成長につながるのかを検証する。

アドバイス

私は子どもの神経と発達を専門としています。診察場で保護者の方からしばしば尋ねられる、「どのような関わりが、後の発達と関連するのか？」という疑問に対するヒントを探したいとの思いから研究員として参加させていただいています。これまでの研究で3歳時の就寝時刻が早いほど、学齢期には学力が高く、勤勉になり、人に対する思いやりが高いことがわかりました。「寝る子は育つ」のです。小さなお子さんの子育て中の皆さんには、早寝を意識してみることをお勧めします。

尼っこ健診・生活習慣病予防コホート研究

野口 緑 主席研究員
(大阪大学大学院特任准教授)



研究内容

11歳、14歳が対象の「尼っこ健診」を分析し、生活習慣とその後の健康状態の相関を調べ、生活習慣病の予防を図る。

アドバイス

出生時体重の大小には妊娠中の母の体重増加の過剰、適正範囲、過少が関係していて、お母さんが目標範囲に体重を増加させることは、学童期、思春期の標準的な体格をつくることにつながる可能性があります。また、子どもの肥満には、学校外での1日2時間未満の身体活動と夜10時以降の就寝が関係していました。毎日しっかり体を動かすこと、早寝早起きが肥満を防ぐことにつながりそうです。

所の研究紹介

学習や学校生活における困難を改善する 指導に関する実践研究

中尾 繁樹 主席研究員
(関西国際大学教授)



研究内容

身体づくりが学力向上と連動していることから、子どもが困難を感じる原因を探り、改善のための運動プログラムを開発する。

アドバイス

私は特別支援教育を専門にしています。特別支援というと「配慮が必要な子ども」のことかと思われるかもしれませんが、私は、「全ての子どもに適切な配慮が必要」と考えています。

私の研究では、運動プログラムを実践することで、姿勢を支える筋力が付き、不器用さが解消され、学力にもいい影響を与える、という結果が出ています。適度な運動は学力の発達も促します。ぜひ運動をする機会を意識して作ってあげてください。

就学前教育の質が就学後の 学力や健康に与える影響

藤澤 啓子 主席研究員
(慶應義塾大学教授)



研究内容

子どもたちが適応的な学校生活を過ごすことができるために、就学前にできる支援のポイントや支援のあり方を検討する。

アドバイス

子育てや子どもの成長のことで、不安や心配なことがあるとき、誰かに相談しますか。インターネットで情報を調べることができるのに、わざわざ行政の人に相談に行くのは敷居が高いと感じる方は多いかもしれません。でも乳幼児健診や歯科健診、予防接種に行ってみて、ついでに少し相談してみるというのはいかがでしょうか。健診の場合は専門家と気軽に相談できる良い機会です。

ヤングケアラーの実態調査と 課題解決に向けた手法の検討

濱島 淑恵 主席研究員
(大阪公立大学大学院教授)



研究内容

ヤングケアラー(家族のケアを担う子ども)のケアの状況と学校生活、人間関係、健康面との関連を分析する。

アドバイス

ヤングケアラーとは、障害、病気等の理由でケアが必要な家族がいるために、家事、介護、育児、感情面のサポート、通訳等のケアを担っている子どものことを言います。ケアのために遅刻、欠席が増える、勉強できない、健康状態が悪化する等の可能性があります。特に孤立・孤独は深刻です。周りにヤングケアラーがいたら、その頑張りを褒め、不安やしんどいことを聞き、良き理解者になってください。

子どもを対象とした行政・教育サービスの 利用実態・政策効果の検証

安藤 道人 主席研究員
(立教大学教授)



研究内容

子どもや家庭の社会経済的状況と行政・教育サービスの利用実態の関係や、行政・教育サービス利用が子どもや親に与える影響を検証する。

アドバイス

「子育て支援」という言葉があります。育てる側ではなく、自ら育っていく子ども中心に考えようという意図を感じる言葉です。一方で、「子育て」でも「子育て」でも、誰が、どこまで、子どものケアを担うべきかという問題は無くなりません。子育てに孤独感を感じる時や、なぜ自分ばかりと感じるときは、自分を責めずに、「パートナーや公的機関こそがもっとしっかりするべき」と考え、遠慮なく周りに頼ることも大切かもしれません。

❀ 尼崎市学びと育ち研究所

尼崎市では、子ども一人ひとりの状況に応じ、学力、豊かな人間性、生活習慣など、実社会を主体的に生きていくために必要な力を伸ばしていくため、外部の研究者を迎えた「尼崎市学びと育ち研究所」を設置しています。(平成29年4月～)

学びと育ち研究所では、市や教育委員会が保有するデータを分析し、中長期的な効果測定を通じた、科学的根拠（エビデンス）に基づく先進研究を行っています。

❀ 尼崎市学びと育ち研究所倫理委員会

尼崎市では、学びと育ち研究所での研究内容や活用するデータについて審査を行うため、学びと育ち研究所倫理委員会を設置しています。

倫理委員会では、個人情報の取り扱いや研究内容に倫理的な問題がないかを審議し、研究の実施および研究者へのデータ提供の可否を決定しています。

なお、研究に使用するデータは個人情報をすべて削除しているほか、地域や施設名等もすべて特定できない状態に加工し、分析を行っています。

❀ 外部アドバイザー

学びと育ち研究所では、倫理委員会での審査を行う際に、第三者の視点から指導、助言を得るため、教育、法律、倫理、それぞれの分野の専門家に、アドバイザーに就任いただいています。

【教育】 川上 泰彦 教授（兵庫教育大学大学院 学校教育研究科）

【法律】 曾我 智史 弁護士（尼崎駅前法律事務所）

【倫理】 苫野 一徳 准教授（熊本大学 教育学部）

❀ 個人情報の取り扱いについて

学びと育ち研究所では、保有する個人情報について、「個人情報の保護に関する法律」及び「尼崎市個人情報の保護に関する法律施行条例」ほか、各法令に基づき万全を期して取り扱っておりますが、ご本人またはその保護者からの申請があれば、学びと育ち研究所が保有するデータから削除する制度を設けています。

個人情報の削除を希望する方は、市ホームページで手続きについてご確認ください。か、尼崎市学びと育ち研究所へお問い合わせください。

【発行・問い合わせ先】 尼崎市学びと育ち研究所(こども青少年課)

〒661-0974 兵庫県尼崎市若王寺2丁目18番5号 あまがさき・ひと咲きプラザ アマブラリ3階

電話番号: 06-6409-4761 ファックス番号: 06-4950-0173

メールアドレス: ama-msk@city.amagasaki.hyogo.jp



令和7年3月発行