

～TANKYU～

谷地南部小学校
校内研究だより
2023. 4. 19
No.4 文責 荒木秀

自己効力感とは…？

あんまり過去のことばかりふり返っていると、しつこい人と思われてしまいそうなので、この辺で、これからのことについて考えていきたいと思います。

学校で行われる全ての教育活動は、学校教育目標の実現のために行なわれています。一般企業で言えば、社長の経営方針と言ったところでしょうか。教育活動の調整をしてくださっている教務の一徳先生は、もちろん学校教育目標はすでに頭の中に入っているんじゃないですか？荒木は、記憶するのが苦手なので、常に目に入るようパソコン画面の上部に貼っています。

学校教育目標に関しては、校長先生昨年度に引き続きということで変更されませんでした。しかし、今年度新たなワードとして「自己肯定感から自己効力感」というお話をされました。みなさん、2つの言葉の違いをどのように捉えられていますか？

Talknote 株式会社HPによると、2つの違いを次のように説明します。（下線は、荒木）

自己効力感は、自己肯定感とよく似ている言葉ですが、実際は異なる概念です。人間の行動や成果に対して、「自分ならできる」と考えられることを自己効力感と言います。

一方、自己肯定感は、自分自身の存在を肯定できる・認められる力です。できるかできないかは関係なく、「できてもできなくても自分を受け入れることを自己肯定感と言います。

そのため、「できる」と信じる自己効力感、「できてもできてなくても」自分を認める自己肯定感という点で、2つの言葉には明確な違いがあります。

これから何かに向かうときに「できる」と自分を奮い立たせるのが「自己効力感」、やった結果、その結果が良くも悪くも自分を認められるのが「自己肯定感」といった感じでしょうか。

裏面に続く

似ているようで異なる「自己肯定感」と「自己効力感」



株式会社 伸芽会 HP より

株式会社 伸芽会 HP には、「自己肯定感は自分の存在自体を認める気持ち」「自己効力感 は自分の能力を信じる気持ち」と書かれてありました。

校長先生が、「自己効力感を持たせたい」と示してくださって、私は「なるほど!!」と思いました。確かに、南部の子たち（一括りにしてはいけませんが、全体的に）、新しいこととかちょっと難しいことに進んで取り組めないことがあるんですよね。だから、私は『すぴたれ』になるな!!と、よく声をかけています。（『すぴたれ』の意味、大丈夫ですか？ご存知ない方は、浦山先生に聞いてみてください。）結果はどうあれ、まずはやってみる。そんな気持ちを持たせられたらいいですね。