

# 校長メッセージ ～合言葉は「子どもに軸足！」～

東長良中学校 丹羽

## Growth mindset と Fixed mindset

表題は以前参加した校長研修で印象に残った言葉です。前者は「自分の可能性を信じて取り組む思考態度」のことであり、後者は「自分はこちらまでだと決め付ける思考態度」のことであり、スタンフォード大学の教授である心理学者の Carol Dweck 博士の行った 20 年にわたる研究により、後者のような思考態度こそが人の限界を決める思い込みであり、前者のような思考態度の人は自分の知性や能力を伸ばしていくことができるということが明らかになったのです。以下に概略をまとめます。

「Fixed mindset」は根本に「自分をよく見せたい」という欲求があるため、失敗する可能性がある挑戦を避けたりします。障害にぶつかった時のあきらめも早く、努力は実を結ばないと考えがちです。批判に対し、例えばそれが有用なものであってもネガティブな意見であればフィードバックを無視してしまい、他人の成功に脅威を感じます。そして自分の能力を出し切ることができず、早い段階で能力の伸びが頭打ちの状態へと移行してしまいます。一方「Growth mindset」はまず「学びたい」という欲求から始まるため、挑戦を喜んで受け止め、逆境にぶち当たっても粘り強く堪えます。努力は熟達への通過点と考え、批判から学び、他人の成功からも学んだりインスピレーションを受けたりするという流れ。根本にあるのが「学びたい」という考えのため、全てを雪だるま式に吸収し、高い成功レベルへと到達できるというわけです。

博士は大人と子どもの両方を対象とした 20 年に及ぶ研究で「人格や知性は本人の生まれ持ったものではなく、成長させることができる」と信じていることが、大人にも子どもにも著しい変化をもたらす、という発見をしました。

博士が行った研究の 1 つに 4 歳の子どもを対象にした実験があります。1 つのグループには「Fixed mindset」を教え、もう片方のグループには「Growth mindset」を教えるから、それぞれのグループに 2 種類のジグソーパズルを選択させたところ、「Fixed mindset」のグループは自分の能力を示せるように簡単なパズルを選び、研究者らに対し「間違えない」という自分の能力を示し、反対に「Growth mindset」のグループは「Fixed mindset」のグループのことを「新しいことが学べないのにどうして何度も同じパズルを選ぶのか」と困惑していたそうです。つまり、「Fixed mindset」のグループは自分を賢く見せるための確実な成功を求め、「Growth mindset」のグループは自分の能力を伸ばせる方を選んだのです。これは彼らの「成功」の定義が賢く見せることではなく、賢くなることを意味するためだと考えられます。

さらに、Dweck 博士らは 10 代の少年少女を中心としたテストを実施。それぞれの子どもに非言語的な 10 個の IQ テストを解かせ、2 種類の方法で彼らを褒めました。1 つの方法は「わあ、△点も取ったの、いい点ね。あなたは頭がいいわ」というもので、もう 1 つは「わあ、△点も取ったの、いい点ね。よく頑張ったわ」というもの。つまり、一方は能力を褒め、もう一方は努力を褒めたのです。すると、能力を褒められた子どもは次に 2 つの問題を選択する際、難しい方の問題を避け、反対に努力を褒められた子どもたちの 90% は学びの得られる難しい方の問題を選んだのです。そして興味深いことに、その後に Dweck 博士らが子どもには解けないような難しい問題を与えた時、前者、つまり「Fixed mindset」のグループの子どもは自分のことを頭が悪く、才能がないと考える傾向にありました。このことから、2 つの考え方は挑戦に対する「楽しみ方」に大きな影響を与えることがわかります。どちらのグループも最初の問題は簡単に正解できるため楽しめるのですが、問題が難しくなると、能力を褒められた子どもは楽しむことができず、一方、努力を褒められた子どもたちは自分の能力を伸ばしていけるので難しい問題でも楽しめるわけです。前者が問題に正解できないことでどんどんやる気をなくして行くのに対し、後者はどんどん成長していきます。そして「Fixed mindset」の持つ最も大きな弊害は、「Fixed mindset」のグループの子どもたちが嘘をつくということにありました。彼らは「テストの点数を仲間に伝えるために手紙に書いて」と言われると、賢く見られるために嘘の点数を書いたのです。

「たかが考え方 1 つ」ですが、自分の人生を変えるにはまず考え方から変えるのが重要ということが 20 年の研究で証明されたのです。この話を聞いたとき「心が変われば行動が変わる 行動が変われば習慣が変わる 習慣が変われば人格が変わる 人格が変われば運命が変わる 運命が変われば人生が変わる」という言葉を思い出しました。自己肯定感につながる生徒たちに伝えたい思考態度だと思いました。