



失敗にとらわれてしまう

「小さな失敗にとらわれてしまう」 このキーワードから、Kさんのことが想起された。自分の考えをもっている「間違っているかもしれない」「言い間違えるかもしれない」「間違えたら恥ずかしい」と自分の殻に閉じこもっているばかりで、全体の前だけでなく、少人数でも自分の意見を言えない。

とにかく、「小さな失敗」にこだわってしまう。たった1回の失敗にこだわってしまい、なかなか次の一歩を踏み出せず、自分で自分を苦しめていた。

I 共感すること

第1点は、まずはKさんの気持ちや考えに共感すること。失敗に落ち込んでしまっている思いを一つひとつ丁寧に受け止める。言い間違えて落ち込んでしまったときには「うんうん、落ち込むよね」。絵の具の色を間違えた時には「そっかあ、こっちの色にしたかったんだあ」と受け止めていった。

あまり失敗を気にしない子であれば、「間違っても大丈夫だよ。」「次、違う色で頑張ってみよう。」という声かけもよい。しかし、こういった言葉はKさんにとってはしんどいものである。今、目の前起きていることは大きなこと。それだけで頭がいっぱいなのである。

だからこそ、共感してもらえたKさんは、失敗や間違えたことが受け止められただけで、気持ちが「すーっ」と楽になっていった。

II 「できているところ」を見つけて声かけをすること ～他者（教師）からの（視点で）価値付け～

第2点は、小さなことでも「できているところ」、「よいところ」を見つけて声かけをすること。少しでも発言したら、「自分の考えを伝えようとしたことは大事なことだね。」と声かけをした。

Kさんは、「できなかったこと、うまくいかなかったこと」ばかりに目を向けてしまう。「できていること」を見つけて声かけをすることで、自分のできている部分に、目を向けられるようになった。

III 振り返りの場をたくさん設定すること ～自分自身で価値付け

第3点は、「自分自身を振り返る場」をたくさん設けること。

最初は自分の内面に迫ることはできず、その日にあった事実のみを振り返っていたが、しだいに「その日に感じたこと」「うまくいった自分」、「いかなかった自分」について振り返ることができるようになった。

「今までは失敗するのが怖かった。なんか自分がダメだと言われているみたいで。人の目が気になった。だから失敗しないように過ごすことばかり考えていた。けど、やっぱり失敗しないと分からないことがたくさんあることに気付かされた。〈略〉だんだん失敗できる自分が好きになってきた。」

こうして自分で自分のことを見つめる心が育ってくると、自分の失敗を客観的に受け止めることができるようになる。人の「よい」「だめ」と誰かに評価されるのを気にせず、自分で自分を評価するようになり、どんどん挑戦するKさんになっていた。