

子育てかわら版

所沢市立宮前小学校
令和6年度

No.03



「やり抜く力」をつける

ノーベル生理学・医学賞(2015年)を受賞した北里大学特別荣誉教授 大村智 先生は、恵まれた環境の中で研究成果を上げたわけではありませんでした。どんな苦難にも負けず「やり抜く力」を発揮して研究に打ち込んだ成果としてのノーベル賞受賞でした。今回は大村先生の「やり抜く力」の秘密について考えていきたいと思います。

大村先生は、定時制高校の教員をしながら研究を続けていました。このまま日本で研究を続けていても大成しないと考え、36歳でアメリカの大学に留学します。日本に戻っても、なかなか成果が出ませんでした。しかし諦めることなく地道な研究を続け、抗生物質「イベルメクチン」を作り出す微生物を発見し、ノーベル賞受賞につながっていくのです。

1回失敗して、もうダメだと思ったらだめですね。これが必ず役に立つと思いながら研究を続けることが大事です。

成功した人は、人の2倍も3倍も失敗している。失敗を恐れられないように。



1 大村先生は「レジリエンス(困難をしなやかに乗り越え、回復する力)」が強い人 ＜レジリエンスが高い人に共通する特徴＞

困難や逆境に直面した時に、しなやかに切り抜ける柔軟な問題解決力。

回復力

失敗などで落ち込んでも、切り替えてすぐに立ち直ることができる。

適応力 緩衝力

困難な状況でも大きなストレスを受けない力。いわゆる「ストレス耐性」

2 やり抜くためには「熱意」「自制心」「忍耐力」が必要 大村先生は、レジリエンスが高い人がもつ気質「グリット」も抜群に高かった。

グリットとは…

「グリット」とは、心理学の用語で、達成困難と思える長期の高い目標に向かって、熱意と粘り強さを持って、不屈の精神で根気強く努力を続けられる性格的な特徴。



熱意



情熱と活力をもって仕事や勉強に打ち込むことができる。そのポジティブな感情は、まわりの人々も元気にさせる。

自制心



自分の感情や思考の反応を的確に把握し、コントロールできる。目標に到達するために誘惑に負けない心。小さな目標を達成し続け、自制心を鍛える。

忍耐力



集中力と我慢強さ。課題を最後までやり遂げるという気概や気骨に関わる。忍耐力は、達成感の積み重ねで鍛えられる。

3 グリットは非認知能力の一つ

○認知能力 =見える学力 …読み・書き・そろばんなど、テストで判定できるもの

○非認知能力=見えない学力…真面目さ、粘り強さ、自制心、気概などの気質に関わるもの

グリットなどの非認知能力は、子供のころから育てることが重要ですが、大人になってからも伸ばすことができると考えられています。困難な目標を達成する秘訣となる「やり抜く力」を形成するためには、「熱意」「自制心」「忍耐力」の3つの強みを形成することが大切です。

