

コラム 人生課長の独り言～一步進めるためのヒント～

誰が、褒める（認める）か？

一般的に、10歳くらいまでの児童は、「大人からの称揚が効果的」とされています。特に、親からの称揚は効果が絶大であり、学校で担任が褒めるだけでなく、家に帰ってからも親が褒めるという「連携プレイ」が重要だと言えるでしょう。思春期以降になると、そういった大人からの褒め言葉を素直に受け取ることが難しくなる時期でもあり、「仲間からの称揚が効果的」と言われています。授業の中で児童生徒同士の「相互承認」の場面をつくったり、キャリアパスポートなどの振り返りを見せ合うことで、互いの頑張りや成長を実感し、認め合う仕掛けをしたりすることも有効でしょう（決して、教師は褒め（認め）なくても良いということではありません）。

また、どのような言葉で「褒める（認める）」か？も大切だと思います。先生方も上司に褒められた時、その褒め言葉では、なんとなくピンとこないなんて経験はありませんか？「そこじゃないんだけどなあ…」みたいな。

そういう意味では、いかにバリエーション豊かな「褒め（認め）言葉」を持っているか？も大切ですね。なんでも「いいね!」で済ます世の中だからこそ、「どんな褒め言葉があるだろう？」と職員室の話題にし、教師が率先して使ってみるのも良いかもしれません。職員同士が互いに褒め（認め）合うと同僚性も高まりますしね。（高橋）

人権教育・生徒指導課のホームページもご覧ください。
<https://www.pref.okayama.jp/soshiki/350/>



Vol.13

発行日 令和7年10月

岡山県教育庁 人権教育・生徒指導課

生徒指導 Leaflet @ OKAYAMA リーフ

誰一人取り残されない岡山県の教育に向けて

褒める？ それとも認める？

大人であっても子どもであっても、人は誰しも褒められると嬉しいもの。褒める行為には様々な効果があると言われていますが、なかなか難しいと感じておられる方も少なくないのではないのでしょうか？

今回は、教師が心がけたい「褒める」行為のポイントと、これからの生徒指導を考える際に大切にしたい「認める」行為について考えてみます。

岡山県教育庁
人権教育・生徒指導課

〒770-8570
岡山県岡山市北区内山下2-4-6
Tel:086-226-7589 Fax:086-224-2134

Q. 子どもをしっかり褒めたいのですが、どうしても特定の子に限られてしまいます。

A. 褒めることの効果は次のようなものが考えられます。

- 良い行動の習慣化**…褒められることで、人は良い行動を継続・強化しようとし、これにより、良い行動が習慣化されます。
- モチベーション向上**…褒められると、脳の報酬系が活性化し、ドーパミンが放出されて快感を感じます。これにより、さらに快感を得ようとやる気が向上し、行動を繰り返すようになります。
- 自己肯定感向上**…褒められることで、自分が認められていると感じ、自信を持って物事に取り組めるようになります。
- 円滑な人間関係構築**…相手を褒めることは好意を示す行為であり、好意の返報性（ミラーリング効果）により、褒められた相手も好意をもち、良好な人間関係や雰囲気作りに繋がります。
- パフォーマンス向上**…ポジティブなフィードバック（褒めること）が多いほど、学習の質や学習以外の望ましい行動といったパフォーマンスが高まります。
- 褒める側にも良い影響**…人を褒めることは、褒める人自身の気持ちを安定させたり、人に対する気持ちを変えたりする効果があると言われています。また、褒める行為は、良い評価という形で自分に返ってくることもあります。

ただし、褒め方によっては逆効果になることもあるため、具体的な内容を褒める、行動やプロセスを褒める、感謝の気持ちを伝えるなど、効果的な褒め方を意識することが重要です。

なぜ、「褒める」ことが難しいのか？

上に示した通り、「褒める」行為はメリットだらけなのに、実際にはなかなか難しいと感じておられる方も少なくないのではと思います（自分の子どもなど身内となれば尚更です）。

なぜ、難しいのでしょうか？

「褒める」ことは効果が高い

「褒める」側の視点はどうか？

様々な理由があると思われますが、一つには、そもそも「褒める」行為は、その子（人）の「良いところ」を探す行為であるということにあるのではないのでしょうか？

良いところがたくさんある子は、たくさん褒めることができますが、なかなか良いところが見付けにくい子がいることも事実です。結果、みんな褒めたいと思っているのに、特定の子ばかりを褒め、逆に、そうでない子はいつも「注意」ばかりということになってしまうのかもしれません。

また、教師が見付けている（見付けようとする）「良いところ」が、教師にとっての「（都合の）良いところ」であったり、教師側の「こうあるべき」という思い（理想）が高すぎると、その子本来の良さに、なかなか気づきにくいということもあるかもしれません。

「認める」という方法も

「褒める」ことの難しさを自覚した上で、より効果的な「褒め方」を考えることが大切なのですが、「認める」という考え方も重要だと思います。

最大の違いは、「認める」行為は、その子の「弱点」や「失敗」も対象となるということでしょう。「失敗」を認め、その価値をプラスに転換してくれる教師のもとでは、子ども達はいろいろなことに、主体的にチャレンジしやすくなります。「良さ」だけでなく「弱点」も含めて、いろいろな人がクラスに存在していることを知ることは、多様性を認め合う学級（学校）の基盤となり、いじめが起きにくい集団づくりにつながるかもしれません。

以前、紹介した「心理的安全性」の基盤づくりが、「認める」ということなのかもしれません。

POINT

- ① 効果と難しさの双方を理解して「褒める」
- ② 「褒める」だけでなく、「認める」という視点も持つ



『提要』のダウンロードはコチラ

どんな子も「認める」ことはできる