「自己肯定感は遊びのギフトです。」

学び方を学ぶプロジェクト
キリフリ自然学校
金井　聡

今回の特集のテーマである「遊びと学び」には、強い思い入れがあります。なぜなら、私が自然学校の活動をしている上でのコンセプトがまさに、「遊びからの学び」だからです。「遊び」というと、先入観からか、勉強とは対極にあるモノ、学びとは反対側のコトに思われがちですが、子ども達とともに遊び尽くす体験をしていると様々な気づきがあります。その中で、遊びと自己肯定感について大きな示唆を子ども達との遊びから得ましたので、ご紹介したいと思います。

「歪んだ自己肯定感を育んではいないか？」

「遊び」といってもいろいろな種類の遊びがあります。デジタルメディアゲームもあれば、公園で遊具を使った遊びもあります。さらに教育産業の最近の流行りでは、「自己肯定感を高める遊び」が商品化され、「遊びが自己肯定感を高めます」と主張する書籍なども多く見受けられます。「それもあり」、と思いながらも、そもそも遊びという行為は、無目的・無目標なものなのではないかな？という疑問もあります。その意味では、子どもにとっての遊びと大人にとっての遊びには、微妙なズレがあるように思うのです。そこには、「こんな子どもに育てよう」「こんな子どもになってほしい」といったかかわる大人の期待や意図や価値観が暗に含まれています。それ自体は決して悪いことではないのだけれども、それを意識しないまま「自己肯定感を高める遊び」をさせてしまうと、子どもは、大人の望む遊びをして、大人の望む子どもを演じてしまう可能性があるのです。

では、いったいどうしたら自己肯定感を高めることができるのでしょうか。その答えが「遊び」もしくは「遊び方」の中に含まれていると考えています。

「遊び方」は「学び方」

デジタルメディアゲームの遊びには、クリアすべき課題が明確にあり、やり方があり、攻略法があります。そこには、「デザインされた遊び」がプログラムされているのです。私が主催している「キリフリ自然学校」では、それとは真反対です。現場で臨機応変に微調整しながら進められ、予定不調和にデザインされていく遊びが重視されています。自由な環境で、自由な発想で、自由に行動する。その先には、子どもが夢中になって、没頭してしまうほどの遊びがあります。人を巻き込んで、みんながHappyになれる遊びがあります。だから、どんな遊びをするかというよりも、どのように遊ぶかという「遊び方」にも着目しています。

例えば、子どもは、枝一本あればたくさんの遊び方をします。

最初は振り回してみたり、投げてみたりします。それが、相手を見つけると武器に変わり、戦いごっこが始まります。武器が道具に変わる時もあります。土を掘り起こす農具になったり、泥水をつけてペンにしてみたり、そして最後は燃やしてみたり・・・。そこには、正しい遊び方、唯一の遊び方は存在しません。だから、正解を教えるというよりも、その枝を使っていくつの遊びが生まれるかに価値を見いだしています。その枝を使っていかに楽しめるかに視座をおいています。すると、子どもの中にある創造力と想像力が見え隠れしてきます。子どもが本来持っているそのような力を「いつの間にか出しちゃっている状態」を大人が一緒に「遊ぶ」ことで作り出していきます。かかわる大人が時には、引き出し、見守り、タイミングを待ち、一緒になって空想して、想像して、創造して、やってみて、思考して、微調整して、またやってみる。楽しく夢中になってトライ＆エラーを繰り返す行為そのものこそ「学び方」です。

だから「遊び方＝学び方」と言えるのです。

このような遊び方がわかってくると子ども達の発想＝可能性は無限に広がります。この広がりも「学び」だと考えています。

「自己肯定感は遊びのギフト」

遊びのスタートは、「やらせる」でもなく、「やらなきゃ」でもなく、「やりたい」という意思です。それをまわりが（大人も子どもも）「やってみよう」と受け入れるから、何度も何度もトライ＆エラーを繰り返すことができ、一つのことに没頭することができます。具体的な例を自然学校の活動から紹介します。

例えば、ターザンロープ。子どもが太めのロープを大きな木に吊るして、坂道から木に飛び移るという遊びをしています。当然、うまくできる子とそうでない子がいます。できない子は、躊躇したり、できない理由をいろいろ口にしたりしつつも、体中に擦り傷をつけながら、何度もチャレンジします。そして、だんだんとコツを掴んでくると、やがてできるようになります。成功した時の表情は最高です。

例えば、釘ナイフ。五寸釘を焚き火の中に入れて、オレンジ色になるまで熱して、トンカチで叩き、水につけて、ヤスリで削る。自分の力で釘が刃物になっていくプロセスが堪らないのでしょう。顔中を煤だらけにしながらも焚き火と格闘して、まるで鍛冶屋さんのように仕上げていきます。切れ味を試すために野菜を切った時のニヤっという表情は最高です。

例えば、水遊び。夏ならまだしも、春でも冬でも水で遊びます。盥に水を張って、ジャンケンをして、勝ったら自分で水をかぶる。冷たい水、周りの視線、一瞬の躊躇。そして、「もうやっちゃえ！」という開き直り。「キャッー」と叫びながらも、やってみたら、楽しくて仕方がない！という表情は最高です。

「自己肯定感がギフトとしてついてくる。」というのはこういう瞬間なのだと思います。無理矢理自分の良いところを探すとか、相手を褒めちぎるということではなく、自分で自分の行為に無自覚に前向きになれる瞬間が遊びにはあります。自己肯定感を高めようと思って、ロープを握るわけでもなく、釘を叩くわけでもなく、水を浴びるわけでもない。自らの「やりたい」という意思で、遊び尽くした結果として、ギフトとして積み重ねられ

ていくものなのです。

「フロー教育」のススメ

自分がやりたいことをやる「遊び」には、とっても大きな意義があると考えています。やりたいと思うことがあれば、そのためにいろいろなことを考えて達成しようとします。これは課題解決能力です。与えられたことだけをやるばかりの体験では、この力は身に着きません。なぜなら、すべて、大人の予定調和の中だからです。そうすると、大人の望む行動や答えを求める生き方になってしまいます。それとは反対に、その子の持っている力を引き出すことが大切だと考えています。

だから、その最初のスイッチは、子ども本人が自分の中で見つけてONしてほしいのです。逆に、やりたいことを禁止されてばかりいると、抑制された状態が続き、無意識のうちにストレスがたまります。ある程度の大人であればそのストレスを見つけ対応できますが、子どもの場合は、それに気づくこともできずにたまっていきます。その結果が、「キレる」とか、「無気力」の元になります。だから、「遊び」が重要なのです。

遊びの中で「我を忘れて、夢中になって、没頭する体験」をします。これを「フロー体験」と呼んでいます。

フロー体験を繰り返すことで、自分が本来持っている力を自分の力で引き出すことが可能になります。これを「フロー教育」と呼んでいます。アメリカの心理学者チクセントミハイ教授によれば、フローは「チャレンジレベル」と「スキルレベル」がちょうど良いバランスの時に生まれると言っています。ルールがたくさんあるような完璧な遊び（デジタルメディアゲームなど）よりも、不完全で隙間がある遊び（枝や水や火と言った自然遊びなど）の方がチャレンジとスキルをうまくかみ合わせることができるのです。「遊び」が「学び」につながるというのは、このような意味もあります。

夏休みのキャンプに4年間参加している少年が、道なき道を突き進んで、川を越え、森を抜け、小学校を目指すという「遊び」をしている時にポロリと言ったセリフがあります。

「以前の俺だったら、こんなところ絶対に行かないし、無理だと思ってやめていたけれど、キャンプに来てから、なんでもできるような気がしてきた。」

「遊び」という無目的・無目標な行動が、着実に「学び」に繋がり、自己肯定感が高まったようです。

「遊び」には、子どもの遊び心をくすぐるスイッチがたくさんあります。大人が忘れてしまった「ロマン」がたくさんあります。

それでいて、ハプニングもトラブルも想定外もストレスもたくさんあります。だからこそ、学びのチャンスです。持っている感情や情報や知識を総動員します。知らず知らずのうちに、自分と向き合って、自分と対話しています。

それがまさに「学び」です。

かかわる大人が「価値観のものさし」を持つ

ただし、フロー体験をさせようと思ってもなかなかできません。自己肯定感を高めようと思っても高められないとの同じです。それらは、あくまで、「遊びのギフト」なのだと考えていま

す。大人の場合、頭でわかっていても知らず知らずのうちに子どもの行動を制限しようとしたりコントロールしようとしたりしてしまいます。これは当然です。子どもの行動には、リスクがつきものだからです。大人はそんな自分にイライラしたりもします。

だから、ここで重要になってくるのは、大人のあり方です。キリフリ自然学校での大人の「ありたい姿」を表現したものを紹介します。

1. 子どもを笑う大人
2. 子どもを脅す大人
3. 子どもをだます大人
4. 子どもに強制する大人
5. 子どもに語る大人
6. 子どもを説得する大人
7. 子どもとともに笑う大人
8. 子どもの心に火をつける大人
9. 子どもに大人であることを気付かせない大人

お気づきかとは思いますが、数が大きくなるにつれて「フロー教育」に近づいていきます。これは、評価の基準ではなく、あくまで、かかわる大人がセルフチェックをするための指標です。「大人」を「教師」という言葉に入れ替えてみるのも良いのではないでしょうか。

さて、ここまでお話してきた事柄は、学校教育とはかけ離れた実効性の低いこと、学校教育とは真逆の次元のことかと思います。授業中に、釘ナイフを作る児童がいたら、それはちょっと問題ですね。（ちょっとどころではないか！）しかし、視点を変えてみてください。学校教育とはかけ離れているから、バッサリ切って関係のないコトとしてしまうのではなく、両極端な考えや実践を知ることで、子どもとかかわる上での「価値観の幅」を広げて、「価値観のものさし」にしてもらえたらと思います。その「ものさし」が「遊び」を「学び」につなげるツールになります。

参考文献　天外伺朗『生きる力の強い子を育てる』飛鳥新社（２０１１年１０月発行）