



自信がある＝実力がある とは限らない!?

～ 成長は“続ける”先に待っています ～

とある中学校のひとコマです。今までに、このような経験はありますか?

①授業内容バッチリ! ②テストを受けた ③テストが返ってきた ④ダメだった…

計算ができるようになってきた 完ぺき! 最強! 5問テストやるよ～	バッチリ! 100問でも大丈夫! 余裕～♪ テスト返すよ～	確認してください～ そんな… できたと思っただけに…	もう! 数学なんてイヤだ!! どうしよう…
--	--	---	-------------------------------------

授業中、「最近、ちょっとわかってきたかも!」と手応えを感じる瞬間がありますよね。でも、その後のテストで思ったような点が取れないと、「なんで…?」と落ち込み、やる気がなくなったりすることは、ありませんか?

このとき、心の中では「少しだけ知っただけなのに、自分はすごくてできると思いこんでしまう」という現象が起きているかもしれません。それが、「ダニング＝クルーガー効果」と呼ばれているものです。

ところで、ダニング＝クルーガー効果とは?

【自分の実力を正しく見極められず、自分を実力以上に高く評価してしまうこと】

「自分はできている」と思っている、実はまだ実力が足りていないことがあります。これは「ダニング＝クルーガー効果」といって、これまでの経験や思い込みのために、本当の実力との差に気がつかず、自己評価を高く見積もってしまう心理現象のことです。

このような思い込みは“認知バイアス”と呼ばれます。無意識のうちに思考がゆがんでしまう心のクセだそうです。

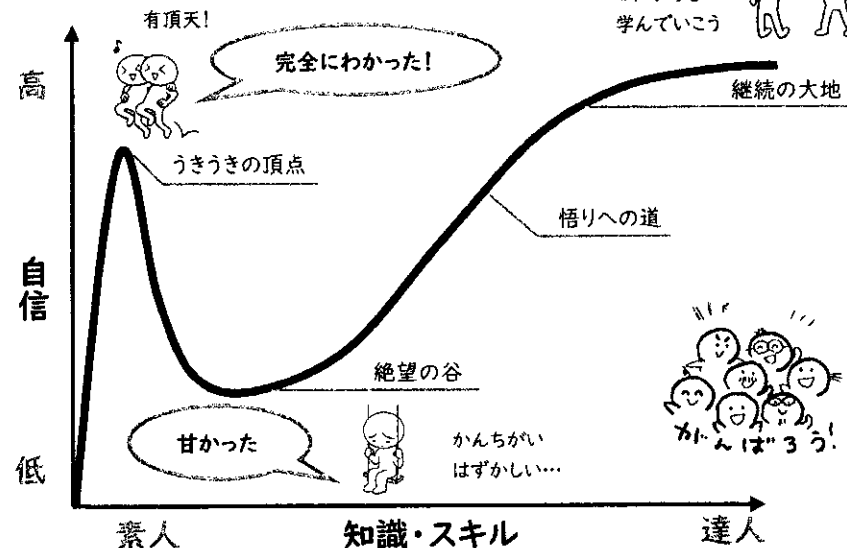


言葉だけだとムズカシイ…

ダニング＝クルーガー効果をグラフに表すと、以下のようになります。

ダニング＝クルーガー効果の曲線

人の“知識やスキル”を積んでいく過程に対して伴う自信の度合いを示したものです



「もう無理!」「全然できない…」と思うとき、それは、上の「絶望の谷」と呼ばれる地点にいるかもしれません。しかし、諦めずに続けることが大切です。なぜなら、今は思うようにいかなかったとしても努力を重ねるうちに、理解が深まり、不安や焦りが減っていくからです。その結果、最終的に、「継続の大地」へとどり着きます。ここでは、自信を持ちつつ、自分の得意なこと・苦手なことを冷静に受け止められるようになります。さらなる成長を遂げることでしょう。

3年生の授業が始まって、1か月。学習面で、「思ったよりも難しい…」と感じる瞬間が伸びしろをいかすチャンスです♪ 努力を重ねた先に、「わかった!」瞬間が訪れます。みんなで「悟りへの道」をのぼっていきましょう! 《参考文献:文理学院、宇宙家族の方程式》

掲示板 学校説明会・オープンスクール情報 5月9日現在

社会情勢等により、日程・内容に変更の可能性があります。

第一学院高等学校 横浜キャンパス(横浜市)

※詳細は、別紙にてご確認ください。