

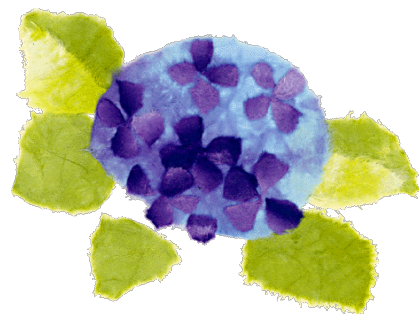
こころの風

第3号

令和6年6月27日発行

比べられないこと

人は比べられないことでも比べています。とくに自分と他人をすぐに比べます。「あの人は成績がいい」「あいつは能力があって、何でもいい結果を出す。それに比べると自分は..。」「と思いがちです。大人になってもその傾向は変わらないようです。他人と自分を比べることはできません。また、自分の成長にもつながりません。それよりも「今すべきこと。できること。」を考えて、行動することが大切ではないでしょうか。



大塚SCの心理学のおはなし ☕ その3

内発的動機はなぜ備わったのか？

やる気のことを心理学では動機、やる気を起こさせることを動機づけといいます。勉強するときには内発的にすなわち自分から積極的に課題に取り組むことが成果もあがり学習が長続きすると一般には言われています。このような内発的動機はどうしてわれわれに身についたのでしょうか？それは、適応的な意味すなわち人類の進化において必須の心的機能だったからではないかと言われています。今すぐに生存に役立たないことでも、言語と知的機能を駆使して問題に取り組みその成果を情報として後世に残す、という人類の進化にとって欠かすことのできない心的機能のひとつが内発的動機づけであったのでしょうか。

★7月のスクールカウンセラー来校日

1日(月)・8日(月)・17日(水) 13:30~16:30

学校外の電話等で相談ができる機関

24時間子供SOSダイヤル(親子ホットライン) 0120-0-78310 (通話料無料)

メール相談 soudan@news.ed.jp (無料)

SNS相談「スクールネット@伝えんば長崎」(LINE・web) ※24時間対応(土日含む)

https://www.tsunasou.net/notice_form/nagasaki/index

長崎県子ども・若者総合相談センター「ゆめおす」 095-824-6325 (10:00~22:00 日本祝休み)
yumeosu@n-kodomo-wakamono.jp