学校法人豊山学園　天使幼稚園　お父さん・お母さんの子育て支援情報　　2026 年 9 月発行

子育てと幼児教育

幼児期に育む「非認知能力」

近年、幼児教育の現場で最も注目を集めているテーマの一つが「非認知能力」です。IQ やテストの点数のように数値で測れる「認知能力」に対し、目標に向かって粘り強く取り組む力や、感情をコントロールする力、他者と協調する力などを指します。

幼児期に育まれた非認知能力は、将来の学力や社会的成功、幸福度にまで長期的な影響を与えることが最新の研究で分かっています。ここでは、発達心理学の知見をベースに、家庭でできる非認知能力の育み方を解説します。

3つの心理的要素

発達心理学や教育学の研究において、幼児期に特に育てたい非認知能力として次の3つが挙げられます。

1. やり抜く力（GRIT）と成長思考

心理学者ダックワース（A. Duckworth）らが提唱した「GRIT（グリット）」は、情熱を持って途中で諦めずにやり抜く力を意味します。また、ドゥエック（C. S. Dweck）の研究による「成長思考（Growth Mindset）」を持つ子どもは、「失敗は終わりではなく、成長の機会だ」と捉え、困難な課題にも意欲的に挑戦し続けることができます。

2. レジリエンス（折れない心・回復力）

思い通りにいかないことや挫折に直面した際、ストレスをしなやかに受け止め、心のバランスを取り戻す能力です。この回復力の根底には、これまでに育まれた「自分は愛されている」「きっと乗り越えられる」という強い自尊心が存在します。

3. 感情の自己コントロール（実行機能）

自分の感情や衝動を抑え、状況に応じて行動を切り替える力です。心理学における有名な「マシュマロテスト」に代表されるように、幼少期の自制心は成長後の適応能力と深く結びついています。

子どもが自分でルールを考えたり、試行錯誤したりするごっこ遊びや泥遊び、ブロック遊びなどは、実行機能や創造性を養う最高のトレーニングです。どっちの服を着る?」「何から片付ける?」など、小さな選択を子ども自身に委ねることで、自分の行動に責任とやる気を持つようになります。パズルが完成しなくて怒ったり、ゲームに負けて泣いたりした時、すぐに助け出さず「悔しかったね。でも最後まで頑張ったね」と葛藤する時間を保障しましょう。非認知能力は、一朝一夕で身につくものではなく、日々の小さな失敗と成功の繰り返しの中で育まれます。

制作　学校法人豊山学園 天使幼稚園　　発行　2026 年 9 月
〒480-0202　愛知県西春日井郡豊山町豊場字神戸 178-1
メール：tensiyochien@gmail.com　ホームページ：http://tensiyochien.jp/
お気づきのことなどございましたら、メールでお問い合わせください。