

3つの非認知能力とその特徴

非認知能力には様々な力があるので、ここでは3つに整理しておきます。そして3つの非認知能力はお互いに高め合いながら状況に合わせて発揮することが大切です。そのためにも非認知能力の特徴を理解しておきましょう。

非認知能力	特徴 (○…プラスの面 / ●…マイナスの面)
<p data-bbox="275 729 713 790">“自分を高める力”</p>  <p data-bbox="146 1243 853 1323">自分をさらにより良い状態にするために必要な力 やる気・意欲・向上心・挑戦心・楽観性 など</p>	<ul style="list-style-type: none">○新しいもの好きで、新しさに喜びを感じることができる。○難しいことがあっても、自分ならできると自分を信じていることができる。○いろいろなことに挑戦して、それを楽しむことができる。●新しいもの好きのため、1つのことが続けにくい。●計画的な取り組みが苦手。●楽しみがひとりよがりになり、周り合わなくなる。
<p data-bbox="245 1442 741 1502">“自分と向き合う力”</p>  <p data-bbox="131 1943 871 2024">自分の気持ちや状態を落ち着かせるために必要な力 ねばり強さ・我慢強さ・回復力 など</p>	<ul style="list-style-type: none">○いつも表情や行動や態度に落ち着きと安定感がある。○計画通りにきちんと行い、規則正しく、我慢強く、注意深い。○辛いことがあっても気持ちを切り替えて、再び、取り組むことができる。●周りの人たちに自分の感情の変化が理解されにくい。●予定のない突然の出来事を臨機応変に対応することが苦手。●精神的なストレスを自分の中で抱えすぎてしまう。
<p data-bbox="245 2151 741 2212">“他者とつながる力”</p>  <p data-bbox="116 2673 886 2754">他者と協働するために必要な力 協調性・社交性・共感性・コミュニケーション力など</p>	<ul style="list-style-type: none">○他者とのいろいろなやりとりが上手にできる。○他者の気持ちや想いを理解し、その理由なども想像することができる。○人当たりが良く、たくさんの人たちと仲良くできる。●自分と相手と同じであることを押し付けてしまいやすい。●相手を思いやりすぎて、精神的に疲れやすい。●自分の意見をはっきり主張することが少ない。