

## 不登校は「生きる力」を野外で育むチャンス ～中室牧子氏の非認知能力から考える～

### はじめに、不登校という時間をどう定義するか

子供が「学校に行かない」という選択をしたとき、多くの親や教育関係者は「このままでは将来、社会に取り残されてしまうのではないか」という焦燥感に駆られます。しかし、教育経済学者の中室牧子氏がその著書『「学力」の経済学』などで、膨大なデータに基づき提唱している視点は、私たちに全く異なる景色を見せてくれます。

中室氏は、将来の年収や学歴、幸福度に大きな影響を与えるのは、テストで測定できる「認知能力（学力）」以上に、忍耐力、自制心、やり抜く力（GRIT）、そして社会性といった「非認知能力」とであると強調しています。この視点に立てば、不登校という期間は決して「学びの停滞」ではなく、むしろ既存の教育システムの枠外で、これらの非認知能力を飛躍的に高めるための「戦略的投資期間」に変えることができるのです。

特に、学校という閉鎖的な空間を離れ、「野外活動（アウトドア教育）」という生きた学びの場を取り入れることは、非認知能力を鍛える上で極めて有効な手段となります。

### 1. 正解のない環境で養う「やり抜く力（GRIT）」

中室氏が重要視する「やり抜く力（GRIT）」は、単に根性で頑張るということではありません。それは、自分自身で目標を設定し、困難にぶつかっても試行錯誤を繰り返しながら最後まで遂行する力です。

学校教育の多くは「正解がある問い」を「効率的に解く」ことに主眼が置かれています。しかし、一步野外へ出れば、そこにはチャイムも教科書も、唯一の正解も存在しません。例えば、キャンプで火を熾す、目的地まで地図を頼りに歩くといった活動では、風向きや天候、地形といった予測不能な変数に直面します。

「火がつかない」「雨が降ってきた」というトラブルに対し、なぜ失敗したのかを自ら考え、知恵を絞って再挑戦する。この「失敗を前提とした試行錯誤」のプロセスこそが、非認知能力の核心である GRIT を育みます。

学校のドリルで 100 点を取ることも、自分で工夫して火を熾し、温かい食事を作り上げたという成功体験は、何物にも代えがたい「自己効力感」を生み出します。これこそが、不登校によって傷ついた子供の心を再生し、再び前を向くためのエンジンとなります。

## 2. 自然の摂理が教える「感情コントロール」と「自制心」

不登校の子供たちの多くは、学校という強いストレス環境の中で、自己肯定感が低下し、感情のコントロールに苦しむ時期を経験します。中室氏の研究でも指摘されている「自制心」や「情緒の安定」は、学力の向上を支える土台となる重要な非認知能力です。

近年の研究では、自然環境が脳のストレスを軽減し、注意力を回復させることが明らかになっています。森の香り、川のせせらぎ、風の感触といった五感への刺激は、脳の扁桃体の興奮を鎮め、自分を客観視する「メタ認知能力」を呼び覚まします。

野外活動において、自然は時に厳しく、人間の思い通りにはなりません。暑さや寒さ、疲れを受け入れ、その中でどう振る舞うべきかを自律的に判断する経験は、衝動を抑える「自制心」を磨きます。自然という圧倒的な存在と向き合うことで、「自分は自分のままでいい」という根源的な安心感を得ることは、非認知能力を育むための最強の心理的基盤となるのです。

## 3. 多世代の役割の中で育む「社会性」と「協調性」

中室氏は、非認知能力は一人で育つものではなく、他者との関わりの中で形成されるものであるとも説明しています。学校は「同年齢・同地域」という極めて特殊で均一な集団ですが、社会に出れば多様な背景を持つ人々と協働しなければなりません。

不登校の期間に野外活動や地域のキャンププロジェクトに参加することは、学校とは異なる「縦のつながり」や「多様な価値観」に触れる機会を提供します。テントを張る、料理の薪を運ぶといった活動には、年齢に関係なく一人ひとりに明確な「役割」が生まれます。

自分が動かなければ食事が完成しない、仲間を助ければ感謝される。こうした生存に直結する役割を果たす経験は、教科書的な道徳心ではなく、身体感覚に基づいた「協調性」や「コミュニケーション能力」を培います。「自分は社会の役に立っている」という実感は、学校という単一の評価軸で測られてきた子供にとって、新たなアイデンティティの確立を助けます。

## 結論. 不登校は「自分という人生」をデザインする第二章

私たちは今、「学校に行くのが当たり前」という20世紀型のパラダイムから、個人の特性に合わせて「学びをカスタマイズする」21世紀型のパラダイムへの転換期にいます。

中室牧子氏が示すデータは、私たちに「目先のテストの点数に一喜一憂するのではなく、生きていくための力（非認知能力）をどう育てるかに目を向けよ」と教

示しています。不登校という選択は、決してドロップアウトではありません。それは、平均化された教育から脱却し、「自然という広大な教室」で、より実戦的で強靱な能力を開発するための挑戦なのです。

親や周囲の大人がすべきことは、子供が学校に行かないことを嘆くことではなく、彼らが自然や社会の中で、自分の意志で動き出せるような「非認知能力を磨くためのフィールド」を整えてあげることです。野外活動を通じて得た「自ら考え、決断し、やり抜く」という経験は、10年後、20年後の社会において、どんな学歴よりも強力な武器として、子供の人生を支え続けてくれるはずです。