

# おひざのうえで

(副園長の子育ておうえん通信) (30年9月)

## 「 自 制 心 」



せんりひじり幼稚園  
副園長 安達 かえで

暑い暑い8月でしたね。

毎日、この暑さの中での子育ては大変だったことと思います。ついイライラしてしまった・・・なんて日が誰にでもあったのではないのでしょうか。

自分が子育てをしているときに、「子育ての大変さをわかってほしい」と思ったり、「自分の子育てがこれでいいのかどうか、教えてほしい」と思うことがよくありました。一生懸命向き合っているつもりだけど、子どものことも自分の子育ても肯定的に見られないこともあり、そんな時は佐々木正美先生の本を何度も読み返し、「大丈夫。見守ろう・・・。」と自分に言い聞かせていました。

今、テレビで「すくすく子育て」をやっていますね。見ている方も多いのではないのでしょうか。大豆生田先生や井桁先生や河邊先生は、私たちにはおなじみの先生。子どもの育ちを分かりやすく解説してくださるので、「これでいいんだ」とほっとしたり「そういうことか」と納得しますよね。

先日の「すくすく子育て」は「がまん」をテーマにした放送でした。容赦なく自分の思いをぶつけてくる子ども・・・あの手この手で、子どもに言い聞かせようとする親。こんなしんどい場面よくあるよなあと思いながら見ていました。

自制心のある子が、将来社会的に成功することを、「マシュマロ・テスト」で言われています。スタンフォード大学の実験です。机の上に皿がありマシュマロが一個のっています。4歳の子どもに「15分間食べないで待っていられたらマシュマロをもう一つあげるね」と言って実験者は部屋を出て行きます。3人に2人は我慢できずに食べてしまいます。追跡調査の結果、マシュマロを食べなかった子どもたちの方が優秀と評価され、大学進学適性検査でも高得点を取ることができたということです。IQよりも自制心の強さの方が将来に影響するという結論です。

この実験に関して、上智大学の奈須先生は、「マシュマロを食べずに我慢できた子は、ただ我慢したのではなく、他のことを考えて気をそらしたり、時計だけを見るようにしたり、マシュマロは写真だと自分に言い聞かせたり・・・と、どうしたら食べずにいられるかを考え、自分なりに工夫し意欲の調整をしている。」と分析しています。つまり、食べなかった子は、主体的に工夫し行動するスキルがあったと言えるのではないのでしょうか。

自制心というと抑制的な印象を受けるかもしれませんが、自分のやりたい目的に向かって、自分で自分をコントロールする力だと考えると、カッコいい力ですよ。

さあ2学期は、運動会やつくろうデイなど行事が待っています。その過程で、友達との思いのぶつかり合いや葛藤を経験し、折り合いをつけながら目的に向かって共に進んでくることが子どもを大きく成長させてくれます。あくまでも、「主体的に」・・・。その途中の姿を「頑張っているね」の気持ちで、見守りたいですね。

.....

(おひざのうで9月号) ご意見や感想があれば是非お書き下さい ( ) 組)  
( )