



正しい言葉がけで子供を伸ばす

学校長 村越 新

『その「ひと言」が子どもの脳をダメにする』(成田奈緒子・上岡勇二、SB新書 2023.10) を読みました。この本には、認知力、自律力、思考力を奪う言葉、伸ばす言葉25が紹介されています。とても参考になると思ったので紹介させていただきます。



【子どもの「自律」を奪う言葉例】 (* →は伸ばす言葉)

「100点取るなんて偉いね！本当にうれしいよ」

→ 「成長したねー」

「ちゃんと片づけなさい」

→ 「元の場所に戻そうね。そうすると次に〇〇するとき見つけやすいよ」

「あなたのことを思って言ってるんだから」

→ 「あなたはどうしたいの？」

「またくだらないYouTube動画を見てるのか」

→ 「どんなの見てるの？ 教えて」

【子どもの「自信」を奪う言葉例】

「勉強しているならともかく、ゲームしているくらいなら寝なさい」

→ 「面白いかもしれないけど、もう寝る時間だよ」

「80点以上取ったら、ほしい物を買ってあげる」

→ 「(家庭の中で感謝の念が生まれたら) うれしいから、ご褒美に・・・」

【子どもの「考える力」を奪う言葉例】

「遊んでないで早く宿題しなさい！」

→ 「勉強やってみようか！ 5分タイマーかけるね」

「(ランドセルに) ちゃんと〇〇入れた？」

→ 「(先生に) いつも忘れ物が多くて、申し訳ありません！」

【子どもの「社会性」を奪う言葉例】

「嘘つくんじゃない！本当のことをいいなさい」

→ 「(しばらく泳がせてから) 本当はそうじゃなかったよね？」

「忙しいから後にして！」

→ 「どうしたの？ 晩ご飯の後なら時間あるけど」

などなど

脳の発達には、3つのステップがあることも示されています。

ステップ1 (0歳～5歳までの間に育つ)

からだの脳(間脳・脳幹)・・・生きるために必要不可欠な機能

育てるためには

- ・太陽のリズムに従って規則正しく生活
- ・十分に睡眠を取ることが最も重要

ステップ2 (6歳～14歳を中枢に大きく育つ)

おりこうさんの脳(大脳新皮質)・・・言語機能、手足の随意的な細かい動き

育てるためには

- ・学校での学習や運動
- ・様々な経験をして、脳にたくさんの知識・情報を入れていく

ステップ3 (10歳～18歳に最も盛んに育つ)

こころの脳(前頭葉と間脳・脳幹をつなぐ神経回路)・・・最も高度な機能

育てるためには

- ・質のいい刺激を多く与えて続ける

「子どもたちの脳は、親の与える生活環境によって良い方向にも悪い方向にも育つ」と著者は明言しています。そしてよりよい脳育てのための生活環境作りの重要なポイントを6つ挙げています。

- 1 ブレない**生活習慣**を確立する
- 2 調和が取れたスムーズな**コミュニケーション**を図る
- 3 親子がお互いを**尊重**して**協力**し合う体制をつくる
- 4 怒りやストレスの適切な**対処法**を共有する
- 5 親子が楽しめるポジティブな家庭の**雰囲気**をつくる
- 6 親はブレない**軸**を持つ

参考にしていただくと幸いです。

(本校HPでは「子育てのヒント本」をいくつか紹介しています)