



がまんする心（自制心）



昨年度の1学期の終業式に、人間として成長するために必要な3つの時間について話しました。ラクダの時間、ライオンの時間、赤ちゃんの時間です。その中でラクダの時間(がまんする時間)を

小学校では大切にしてほしいという話でした。

アメリカのある大学で「マシュマロの実験」が行われました。4歳の保育園児を対象に行われた実験です。子どもたちに1個のマシュマロを差し出し、「いつ食べてもいいけど、大人が部屋に戻ってくるまで我慢できたら、マシュマロを2個食べられますよ。」と言って部屋を出ます。15分後に戻ってくると(子どもにはいつ戻るのか伝えてありません)、我慢できた子どもは3分の1でした。これには追跡調査が行われています。この子どもたちが高校生になったとき、学力にかなりの差が見られました。我慢できた子どもたちの方が、我慢できなかった子どもたちよりも点数がかなり高かったそうです。その後の社会人としての年収にも差が見られたと。



どうしてこのような結果となったのでしょうか。問題は自制心です。大人が帰ってくるまでマシュマロを我慢

できるかどうかという自制心の差が、学習やスポーツに粘り強く取り組めるかどうかという差になり、その積み重ねが大きな差を生み出したと考えられます。

このような我慢する心や自制心は何気ない日常生活の中で自然と身に付くことが多いです。毎朝決まった時間におきる、身支度をするなど規則

正しい生活をする、または自分で学校の準備をする、部屋の片づけをする、食事の時に皿を出す、靴を並べるなど、自分にできることを続けること。

全てではなくとも何か一つでも継続してできるようになれば、それが他のことにもつながります。私は朝から正門横の交差点に立っていますが、できるだけ自分の方から子どもたちに挨拶するように心がけています。子どもたちの挨拶の様子は様々です。「おはようございます。」の声とともに会釈をする人、笑顔で返してくれる人、会釈だけの人、友達との会話に夢中の人、無言で通り過ぎる人、様々です。大人も停止線の前でどうぞのジェスチャーをしてくださる人や人が見えてもほとんど止まる気のない人など様々です。昨年度の卒業生に、私が来てから2年間、毎朝必ず、立ち止まってお辞儀をしながら「おはようございます」の挨拶をしてくれた人がいました。たまたま校長室に来た時に、「どうして毎日きちんと挨拶するようになったの？」と訊いたことがありました。その人は「自分がやりたいと思ったからやっています。」と答えました。友達との会話を我慢しながら、習慣に変えていったその人を尊敬しますし、この人はきっと社会でも重用されるだろうと思いました。

我慢ができる人は、自分の周りの人も何かしらの我慢をしていることを理解しています。だから自然と人を思いやる心が育っていきます。逆に言えば、思いやりのある人は、我慢することのできる強い心を持った人です。子どもたちに自制心を育てるチャンスは正に日常のいたるところに転がっています。我々大人も「ちょっとぐらい。」ではなく、自制心のある所を子どもに見せたいですね。「一」(線)で「止」とまるから「正」しいのでしょうか。