

たじみん昼話 127

小言は我慢、リモートワーク時こそ褒めて伸ばすチャンス

長期のコロナ過による自粛生活が、保護者のストレス状況を悪化させている。このストレスを解消し精神を安定させるために、保護者の脳は標的を見つけ不満をぶつける。その1つが子供の行動や姿勢に対して発する小言だ。

勉強をやらなければ「早く勉強しなさい」、ダラっと勉強していると「ぴしっとやらないと不合格になるぞ」、点数が悪ければ、「高いお金払って塾に通っているのに、何この点は」と言う小言だ。

生まれたての子供の脳は400グラムだが、成長と共に質量は増加し、10歳位で成人の脳と同じ1300グラムに達して質量増加が止まる。しかし脳の発達度合いを測るものは質量増加ではなく、様々な学習や経験を通して構築される、脳細胞同士の伝達ネットワーク数とその伝達効率だ。

脳が伝達効率を高める方法は刈込だ。脳は、ネットワーク全体を常時監視して、未使用部位や不必要な部位を見つけると、刈込を作動させその部位を消去し、ネットワーク網の無駄な部位を縮小させることで伝達効率を高めているのだ。

この刈込みは生体を防御するときにも作動する。例えば、繰り返し暴言を受けると、脳はこれを遮断するために音声受信を司る分野を刈込んで萎縮させる。これが進行して萎縮率が14%に達すると、音が聞こえなくなり言葉の理解力や語彙力が低下する。さらにそれが進行すると、ついにはコミュニケーションに支障をきたすのだ。

したがって、保護者の継続的な小言を子供がネガティブに受信した場合は、脳の防御システムが作動して刈込みを進め、学習で構築したネットワークを破壊する危険性があることを理解しておいていただきたい。

大学入試は凄まじいプレッシャー生み出す。その克服には心の安定が必要だ。したがって保護者の方々が子に対してアプローチする場合には、脳科学の観点から、短所の修正ではなく長所の伸長に専念することを念頭に置いて行うことをお願いしたい。

勉強している姿を見たら、「頑張っているね」、模試が出来ているところをよく見て、「ここまではできているね。ここはミスだけど自分なりに考えたね。」と、子が前を向き自信を持つことができる、具体的な言葉を与え続けて欲しいと考える。子が学習や経験を通して構築したネットワーク量に加え、この言葉掛けにより、子の精神は安定し脳のネットワーク効率も飛躍的に向上すると考えるからだ。

このリモートワーク時こそ、親子の絆を深めるチャンスと考えて、是非実行していただきたい。称賛レベルの理想は、子が3歳児だったころの声掛けだ。