

「ほめる」

～こころのセラピスト～



スクールサポーター
(臨床心理士・公認心理師)
小林 真理

ほめる

保護者の方からの相談面接の中で、「ほめるって難しいですね」「何をほめていいのかわからないんです」といったお話を伺うことが度々あります。子どもと接している中で、イラつとすることや勘弁してくれ、と感じることもたくさんあるでしょうし、そんな中で「何をほめたらいいんだ?」「ほめポイントはどこ?」と難しさにぶつかるとは当然のことと考えられます。

アメリカのスタンフォード大学のキャロル・ドゥエックという心理学者がいます。彼女の研究チームは「ほめる」ということをテーマにある実験をしました。この実験では、学生に同じテストを受験させて、終了後に一人ひとりを「ほめる」というものでした。この時のほめ方は二種類あり、「努力」をほめられたグループ

と「賢さ」をほめられたグループに分けられました。

私たちは誰でもほめられると嬉しいものです。どんな小さなことでも嬉しいのですが、特に自分が意図していなかったことを人が認めてくれたり、ひそかに頑張っていたことを誰かが気付いてくれたり、そういったことがあると、実感として喜びが沸いてくるのを感じたことがあるのではないのでしょうか。同じように、人から「すごいね」とか「賢いね」とほめられることも、嬉しいことではありますが、少し照れくささを感じるものだったりします。

さて、先ほどの実験の続きです。この実験の結果は次のようなものだったのです。「努力」をほめられた学生たちは、さらに「努力を認められようと難関にチャレンジ」するのですが、「賢さ」をほめられた学生たちは「賢い評価を守るために」間違ふことを恐れるようになり、簡単な課題を選ぶようになった、というものです。そして、このあとの経過として、努力をほめられた学生は成績が30%上がり、賢さをほめられた学生は成績が20%下がったと報告されています。これはどういったことだったのでしょうか。

努力をほめられた学生は、間違

から学んでいくことをできるので成績が伸びた、と考えられています。

一方で賢さをほめられた学生は、自尊心を維持しようとするので間違ふから学ぶことができずに伸び悩んでいる、と考えられています。二つの「ほめ方」をまとめると、努力をほめられると自分よりも上のことを観て「向上心」を保とうとし、賢さをほめられると自分よりも下のことを観て「自尊心」を保とうとする、ということが考えられます。(本筋から少し外れますが、下を見下すことで自尊心を保つ、ということは、いじめにつながることに似ているとは思いませんか。)この実験から、ほめ方のポイントは『自分の間違いを積極的に見つけ出し、修正しようとする姿勢や行動をほめること』と言えます。

ほめるのが難しいなと感じ、それでも子どもや誰かのほめポイントを探していくこと自体が「努力」です。みんな誰もが難しいことにぶつかって、間違ふながらできるようにっていくのであって、そこに大人も子どもありません。気づいた誰かがほめてくれることが大きな力になっていくのですね。

児童館厚生員 募集!

児童館で子どもたちの安全かつ自主的に遊ぶことが出来るようにサポートする厚生員を募集しています。

勤務場所

- ・東地区児童館
- ・中地区児童館
- ・西地区児童館

勤務時間等

- ・厚生員
- ・勤務 8時30分から17時15分まで

- ・(季節により時間の変更があります)
- ・期間 3月31日(火)まで(更新可)
- ・休日 週休2日(休日出勤あり)

・(休日出勤あり)

- ・給与 月額8,300円
- ・待遇 通勤費支給(規定あり)
- ・社会保険加入

登録厚生員

- ・一日6時間以内(要相談)
- ・時給1,070円

- ・(16時30分から100円上乗せ)
- ・期間 3月31日(火)まで(更新可)

応募資格

- ・65歳以下の方
- ・保育士免許または教諭免許のいずれかをお持ちの方

【申し込み・問い合わせ】

こころも教育課 児童係

☎45-8672

