

天沼小だより

文責

校長 大里 忠弘



自制心は育つ環境で伸ばすことができる

前号で紹介した「マシュマロ実験」では、子どもの頃の自制心、我慢強さが将来の行動や人生の成功を左右するという可能性について話題にされていました。

別の研究者が、違った角度でこのマシュマロ実験を再現しました。マシュマロを目の前にした子どもが、すぐに食べてしまうか、15分我慢して2つ目のマシュマロをもらうかという実験をするのですが、子どもたちにマシュマロの話をする前に、使い古されたクレヨンを渡します。

「このクレヨンをすぐに使って好きな絵をかいてもいいけど、少し待っていてくれたら、スタッフが新品のクレヨンを持ってきてくれるよ」と話します。



新しいクレヨンをもらえるのを待たずにすぐ絵をかき出

す子もいましたが、しばらく待っていた子も複数いました。待っていた子たちの一部には、約束通りスタッフが新品のクレヨンを渡します。待っていた子たちの別のグループには「ごめん、ごめん、新しいクレヨンが無かった」とスタッフが手ぶらで現れます。

2回目には、「少し待っていたら、すてきなシールを持ってくる」と約束し、同じように、一方には約束通りシールをあげますが、一方には「ごめん、ごめん、シールがあると思ったけどなかった」と手ぶらでスタッフが現れます。

続けて例のマシュマロ実験をします。すると、待っていたのにクレヨンとシールを渡されなかった子たちは、14人中13人がすぐにマシュマロを食べてしまいました。クレヨンとシールを約束通りもらった子たちは、14人中11人が2個目のマシュマロをもらうまで待っていました。

これで何が言えるかということ、目の前のマシュマロを食べずに待つという自制心は、子どもが元々持っている我慢強さというより、子どもがどんな環境で育つかが影響するということです。周りの大人が、約束や予定をころころ変えてしまったり、子どもとの信頼関係を築けていなかったりする状況では、「今食べておかないと、2つ目どころかこのマシュマロもいつ食べられるかわからないぞ」となってしまう、目の前のマシュマロを簡単に食べてしまうようになるということです。4歳の子が元々持っている素質というよりも、その子がどんな環境で育つかの方が将来に強く影響するのではないかと思います。

新型マシュマロ実験では、子どもの我慢強さ、自制心は、育て方によって後からでも伸ばすことができるのではないだろうか、ということを示しています。