



～幼児期は手をはなさず～(子育て四訓より)

子どもと遊ぼう

子どもの成長に、大切な事はたくさんありますが、特に大切な「遊び」についてどんなものがあるかを、考えてみたいと思います。

① 体を動かして遊ぶ

外遊び全般。室内でも、跳んだり転がったり、大人の身体によじ登ったりして遊ぶ。

② 人と話して遊ぶ

ごっこ遊び全般。ままごとやヒーローごっこ、どうぶつや物語の登場人物になりきって遊ぶ。

③ 頭を使って遊ぶ

一人遊びでも、運動でも、頭を全く使わない遊びはないが、テレビやゲーム類は、脳の一部しか使わず、頭がボーっとしている状態なので、あまりおすすめできない。

④ 心を動かして(感動して)遊ぶ

友だちと大笑いする。目を輝かせて「見てみて!」と言いに来る。息を止めるくらい真剣に見つめるような遊び全般。(中でも絵本は、子どもの心を簡単に動かしてくれる優秀なツール。)

時々子どもの様子を見て、「いらいらしてる」とか「テレビばかり見ている」とか思った時は、ぜひ、一緒に遊んであげて下さい。遊ぶ時、上記の4つを意識して遊んでみるといいですね。子どもは満足するまで遊んでもらうと、その後、機嫌良く過ごせます。

「伸びる子どもは〇〇がすごい」

榎本博明著

心理学者である著者によると、「IQが高くても学業成績が低い子もいれば、IQはそれほどでもないが、学業成績が高い子がいる。それは子どものEQ(非認知能力)の高さの差」だそうだ。つまり、「EQを高めれば、学力も高める事ができる」と言っているのだ。

EQとは何か。簡単にいえば、忍耐力や粘り強さ、共感性、想像力、などといった「心の知能指数」と言われるものである。これらが高いと、学校の勉強だけでなく、社会に出てもあまり苦労しないそうだ。

EQを高めるポイント

- ① 友だちと思いっきり遊ばせる(自発性、集中力、共感性、想像力などが育つ)
- ② 過保護にせず、小さな挫折を経験させつつ、挫折を乗り越える経験もさせる(忍耐力、頑張る力が育つ)
- ③ 社会的に望ましい習慣(食事、睡眠、運動、読書など)を子どものうちに身に付けさせる(習慣の力で精神が鍛えられる)
- ④ ダメなものはダメときっぱり伝え、我がままや規則違反は通用しない事を毅然として示す(我慢する力、感情をコントロールする力が育つ)

子どもが家庭で安心して過ごし、自分のしたい事に取り組みながらも、食事や睡眠についてはきちんとしつけ、ルール違反や言葉遣いなど「いけないことはいけない」と、親が毅然とした態度でいる事が、EQを高く成長させるのだと思いました。

家庭教育支援員 清田智子
 菊池市教育委員会 生涯学習課
 TEL 25-7232

