

## 人との関わり

副校長 後藤 大輔

年末も押し迫り、一年間を振り返る時期となりました。先日は毎年恒例の『「現代用語の基礎知識」選 ユーキャン新語・流行語大賞』が発表されました。ノミネートされた言葉を見ると、その年の流行や出来事、世相を振り返ることができます。

その中で今年の流行語大賞に選ばれた言葉は『インスタ映え』と『付度』です。数ある流行語の中からこの二つが選ばれ、そのどちらも人との関わりに関係していること、そしてその関わり方が真逆と言ってもよい意味合いのものであるということに興味深く感じました。

『インスタ映え』はインスタグラムというSNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）アプリを通して、世界中の不特定多数に向けて写真を投稿する際に、より多くの人の目に留まり、見た人から多くの「いいね」をもらえるような見栄えのよい写真を投稿することを指しているようです。

『付度』は国語辞書で意味を調べると「相手の気持ちを押し量ること」となっています。付度という言葉は、政治や行政が関わって不正な手続きがあったのではないかと疑惑がもち上がった件の報道の際に、度々使われていました。そのため、付度という言葉にはマイナスなイメージもありますが、意味はあくまでも「相手の気持ちを押し量ること」です。

不特定多数の人と関わる『インスタ映え』と、直接会っていたり、関係の深い間柄だったりすることで生まれる『付度』とは、人との関わり方に大きな違いがあります。どちらが良いということではなく、現代では様々な形で人と関わっており、相手と上手に関わっていくことは身に付けておきたい重要なスキルであると言えます。

先日、練馬区学校保健大会に参加し、『感情コントロールの力はどのようにして育つのか』という講演を聴いてきました。講師は東京学芸大学教授で臨床心理士の大河原美以先生です。

講演の中で、脳の構造の話がありました。脳には、恐怖・不安・痛みなどにより危機にあることを感じる「情動脳」と呼ばれる部分と、恐怖・不安・痛みの程度が妥当であるかどうかを判断する「評価脳」と呼ばれる部分があるとのことでした。この「情動脳」と「評価脳」で情報をやりとりしながら脳が成長します。このときに周りから間違った情報が与えられると情動脳が適切に働かなくなるのだそうです。

例えば、幼児が転んで「痛い。」と言ったときに、親がすかさず「痛くない、痛くない。」と応じた場面を考えます。幼児が情動脳で感じた「痛み」を、親が「痛くない」といったことで、「これは痛くないんだ。」と幼児の評価脳が判断してしまいます。こうした情動脳で感じた様々な感情を受け止めてもらえないと、「情動脳」と「評価脳」がバランス良く成長せず、結果として感情コントロールや相手の気持ちを押し量ることが苦手な子になります。こうした子は、すぐにキレてしまいやすくなったり、大人の前では問題を起こさなくても陰に隠れていじめをしたり、といった子になるのだそうです。

親や教師等、子供と関わる大人にとって大切なことは、子供たちの感情をまずは受け止めることだと大河原先生は言います。その上で我慢させるべきは我慢させるし、励ますべきは励ますとよいのだそうです。ちなみに、この「情動脳」と「評価脳」は25才くらいまで成長するのだそうです。

さて、平成29年も、もうすぐ終わります。この一年間よく頑張り、成長してきた光っ子一人一人の気持ちを付度すると、不特定多数の人からの「いいね」も嬉しいかもしれませんが、親や身近な大人からの「頑張ったね！」の一言の方が強く心に残り、また来年も頑張ろうという気持ちになるのではないのでしょうか。

来年も本校の教育への御理解と御協力をよろしく申し上げます。