

# 豊小だより



令和2年7月吉日  
夏休み臨時月号(No.588)  
練馬区立豊玉小学校  
校長 小高 敏男

## 会話を通した記憶が生きる力へ

校長 小高 敏男

学校が再開し、感染防止対策を講じながらの新しい学校生活も2か月が過ぎました。子供たちも、手洗いやマスクの着用、人との間隔を空けることなどに気を付けながらの学校生活を送ってきました。まだまだ、感染防止の生活が続きます。感染症のことを考えると、何かと暗くなりがちですが、そんな中でも、子どもたちに「生きる力」を高めて欲しいと願っています。そこで、今回は、感染防止のために親子で過ごす時間が多くなる中で、感染症に負けずに「生きる力」を高めていくための「記憶」とそれを支える「会話」に焦点を当てて考えたことをお伝えします。

一口に「記憶」と言っても、知識や体験したことの記憶など様々ですが、私は、今回「記憶」について2つのことを考えました。それは、『感覚や感情と関係する記憶』と『思考の基となる記憶』です。

人には「ある匂いを嗅ぐとその匂いと共に記憶した感覚や感情がよみがえる」と言う「ブルースト効果」があると言われます。例えば、蚊取り線香の匂いを嗅ぐと幼い夏の夜に家族と楽しく花火をした記憶がよみがえり懐かしくなるといったことです。匂いだけでなく、視覚・聴覚・触覚・味覚など五感を通してその時の感情や思いを記憶し、記憶した時と同じような五感の刺激を受けた時に、過去の記憶を思い起こすのでしょうか。よくも悪くも過去の記憶は、私たちの後の感情や思考、そして行動に影響があると考えます。

「よくも悪くも」であれば、「よい記憶」にしたと考えるものです。私は、家族で食事をしている時に決まって「おいしいね」「作ってくれて嬉しいね」「ありがたいね」などと声に出すことを実践してきました。それは、食事を栄養補給の単なる行動とするのではなく、食べられる喜び、母親の愛情や感謝の気持ちなどを感じて欲しいからです。また、食事は毎日の事ですから、温かい雰囲気でする習慣が豊かな感情を育てると思ったからです。

記憶するには、①大きく感情を突き動かされた時 ②生死の危機にさらされた時 ③繰り返すの3つの要素のどれかが必要であると言います。上述の食事では、③に①を少し加えて記憶させたこととなります。私たちの日常では、①と③

を大人が意図的に仕組んでいくことが大切であると考えます。

ある説では、幼児期における親子の「体験したことについての会話」が後の記憶の量を左右したり、対処能力や問題解決能力、感情のコントロールを左右したりするという研究があります。そうであれば、親の多忙感の強い現代社会において、貴重な親子の時間でどんな会話をしているのかがとても重要になることが分かります。

感染症の問題が起こる前は、②の生死の危機は日本ではほとんど無いと感じていましたが、現在の感染症は、②の生死の危機であり①の大きく感情を突き動かされる出来事でもあります。だから、子どもたちの記憶として強く残るものだと思います。さらには、感染症についての会話が、対処能力や問題解決能力、感情のコントロールにも影響するということとなります。

もし、毎日のように「怖いね」「手を洗ったの」「感染しちゃうよ」などの会話をしていたらどうでしょう。恐怖心や圧迫感等で子供の感情は壊れてしまうかもしれません。「一緒に手を洗ってきれいにしようね」「家で一緒に〇〇ができる時間が増えていいね」「消毒したから大丈夫だね」など、安心できプラスに作用する様々な会話をしていくことで、感染症を乗り越えていく対処能力や感情のコントロールを身に付けていくのではないのでしょうか。その時に大事なことは、忙しいけれど、子供と共に行うことや物の見方考え方や捉え方を変えた会話をするのが大切です。忙しくなると、どうしても効率よく対処しがちになるのですが、子供への「手をかけ・声をかけ・目をかける」ことを合理的にすることはできません。子供との様々な会話を大切にし、子供の将来の生きる力となる記憶にしたいものです。また、「記憶、それは不確かです。移ろいやすく、手放せば泡のように消えてしまう。はかないもの。」だからこそ、子供との会話を通して繰り返し考えたり感情を共有しプラスと働く記憶に残るようにしたりしたいものです。