



大泉小だより

令和6年9月2日
練馬区立大泉小学校

会話を通した記憶が生きる力へ

校長 小高 敏男

2学期が始まり、一回りも二回りも成長した子供たちの姿に会うことができ、大変うれしい思いでいます。夏休みには、パリオリンピック・パラリンピックや高校野球などを見て多くの感動から明日への力をもらった方も多いのではないでしょうか。逆に、ロシアのウクライナ侵攻やパレスチナ問題のニュースを見る度に未来への不安を感じた方も多いと思います。良いことも悪いことも、子供たちの「生きる力」にしてほしいと願っています。では、多様な情報をどのように記憶し考えていくと「生きる力」が高まるのか。それには、身近な人とのどのような会話をするのがとても重要であると仮説を立て、「記憶」とそれを支える「会話」について考えてみました。

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ありますが、今回は「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「プルースト効果」があると言われています。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。視覚・聴覚・触覚・味覚・嗅覚などの五感を通して記憶されると、記憶したときと同じような五感の刺激を受けたときに、その過去の記憶を感情や思いと共に思い起こすのです。良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。「良くも悪くも」であれば、「良い記憶」にしたいと考えるものです。私は、家族で食事をしているときに決まって「おいしいね。」「作ってくれてうれしいね。」「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ほしいからです。また、食事は毎日のことですから、温かい雰囲気でする習慣が豊かな感情を育てると思っているからです。

記憶するには、①大きく感情を突き動かされたとき ②生死の危機にさらされたとき ③繰り返す の3つの要素のどれかが必要であると言われています。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。ある研究では、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ことが分かっているそうです。だとすれば、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のような会話をしているのかがとても重要になるということです。

今の日本では、②の生死の危機を感じることはほとんど無いと思いますが、世界の紛争や原爆の映像をテレビなどで見ることで疑似体験的に②の生死の危機を感じる子もいるかもしれません。場合によっては①の大きく感情を突き動かされる出来事となることもあります。そのときに、ただ怖いという記憶ではなく、会話から問題の解決策には至らなくても多様な考えと共に子供たちの記憶に残すことが未来につながると考えます。そして、その会話が、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はずですが、また、パリオリンピックの映像を見たときには①の大きく感情を突き動かされるが多くあったと思います。放送される番組では、勝敗の映像だけでなく、これまでの苦労や努力、周囲の人の思いなど多面的に構成されていました。結果などの偏った情報だけでなく、選手自身や周囲の人々との会話を通すことで、多様な情報からも感情が突き動かされ、自分の生き方と重ね合わせて自己の生きる力とすることができるのではないのでしょうか。

会話のときに、大人が心掛ける大事なことは、忙しいけれど、子供と共にいることやものの見方や考え方、捉え方が広がる会話をするということです。結論が出なくても共に会話を通して思いを広げ合えたらすてきだと思います。忙しくなると、どうしても効率よく対処しがちになりますが、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、子供の将来の生きる力となる記憶にしたいと考えます。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、子供との会話を継続して繰り返し考えたり、感情を共有しながらプラスに働く記憶にしたいものです。