

「子供のほめ方／5つのステージ」
 学校発達心理研究所
 研究統括官 発田憲

■はじめに

運動会で子供たちが一生懸命がんばっている姿は、毎年、あたり前に見ることが出来る光景です。演技や競技に集中できずにダラダラしている子供はあまり見かけません。普段は授業中にやる気を失くしてしまい、関心が薄れてしまうことが多い子供も、家庭においてゴロゴロしてばかりで、宿題も片付けもしつかりできない子供も、みんな張り切っています。やはり、運動会には特別な魅力があるようです。

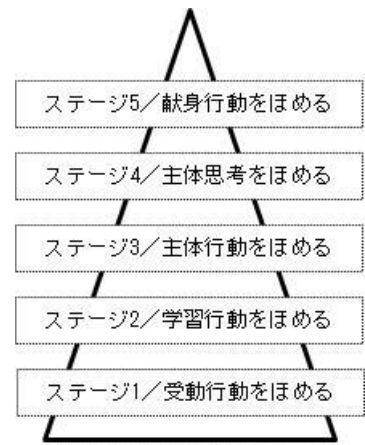
魅力の一つに親や教師からいつも以上にほめられる機会が多いことが考えられます。かけっこで転んでも「よくがんばったよ!」とほめられ、組体操で失敗しても「よくやったよ!」といつもなら叱られるような場面でも、みんながたくさんほめてくれるのが運動会なのです。

通常、子供たちは叱られても、ほめられても、それなりにがんばります。叱られた時は、緊張感、恐怖感、罪悪感などの感情がやる気を起こします。それに対して、ほめられた時は、優越感、効力感、有能感など

の快感が体内を駆けめぐり、やる気を起こすのです。「叱る」「ほめる」の決定的な違いは、前者が脳や体がキューツと締めつけられた状態になっているのに対して、後者は心がホワーツとふくらんだ状態でゆとりがあります。運動会では、快感のシャワーを浴びている状態になるので、子供たちはいつも以上にがんばることができるのです。

私たち大人は、ほめることで子供が伸びることは知っています。しかし、日常生活のなかであまりじょうずに実行できていない実態があります。たとえば、「ほめると嫌がる。」「せつかく子供をほめても、状態が良いのはその時だけで、結局、叱ってしまふ。」「いくらほめても良い反応がないので、だんだんとほめなくなってしまう。」「など、さまざまな失敗談を聞きます。

実は、子供のほめ方は、発達段階に応じた方法があります。そこで、子供のほめ方を5つのステージに分けて解説したいと思います。



子供のほめ方／5つのステージ

■ステージ1／受動行動をほめる

ステージ1は幼少期のころからよく使われています。大人からの指示や提案に子供がすぐに肯定的に反応(受動行動)することにに対して「ほめる方法」です。

「○○しないで!」「○○したらどう?」に対して、直後にそのように行動したことや「○○してはいけません!」に対して、すぐにその行動をやめたことに対してほめます。(たとえば)

①子供が「お菓子を買って!」と騒いだ時に、親から「がまんしなさい!」と言われ、がまんできたら、ほめます。

◆「ちゃんと我慢できて、すごいね!」

②教師が「謝りなさい!」と指示した直後に謝ることができたら、そ

のことをほめます。

◆「しっかり謝ることができたね!よい態度ですね!」

このステージで大切なことは、好ましい行動をその都度、ほめることです。

■ステージ2／学習行動をほめる

ステージ2はステージ1での経験を土台として、事前に大人から言われていたことを子供が覚えていて、必要な場面で見せる(学習行動)を「ほめる方法」です。

このステージでは、少し前に約束したこと、指示したこと、提案したことをある時、子供が実行した場面でほめます。

(たとえば)

①「テレビは好きな番組一つだけにする。」と、親と約束したとします。翌日、その番組が終わったら、自分でテレビを消した。この時に、ほめます。

◆「約束がしっかり守れるんだね!やるね!」

②「学習計画表を作ったらどう?」と教師から提案されていたとします。翌週、そのとおりにした時に、ほめます。

◆「自分で考えてできたね!」

このステージでは、約束したことなどを大人が覚えておかなければなりません。そして、子供がその約束などを実行するまで、ねばり強く待つことも必要です。約束したことを実行しない子供に対して、「どうしてやらないの！」などと叱ってしまくと、子供の学習行動のスキルは伸びません。そこで、大人が計画的に子供に対して、約束・指示・提案をすることが大切です。

■ステージ3 / 主体行動をほめる

ステージ3は大人から何も言われなくても、自分の力で実行する好ましい行動（主体行動）を「ほめる方法」です。

このステージは、ステージ①、ステージ②において適切にたくさんほめられていると、安定的に出現します。

（たとえば）

①学校から帰ると、自分から宿題をやりだした。この時に、ほめます。

◆「成長したね。自分で必要性を感じたの？すごい！」

②次の授業に向けて必要な教科書やノートを自分で積極的に準備していた。

◆「しっっかりしてきたね！見通しがもてるようになってるね！」

子供の早期自立を求める多くの大人は、この主体行動の出現を急ぐ傾向にあります。「言われなくても何でも自分でやれる子になってほしい！」このような思いをもちながら子供の主体的な行動を促すことが多いようです。

しかし、子供の主体行動は突然現れることはありません。それまでの生育過程のなかで／言われたことをすぐにやり、そのことをほめられたり／約束したことを実行し、そのことをほめられたり、このような経験が基礎となり、主体行動の力は育まれていきます。

■ステージ4 / 主体思考をほめる

ステージ4は気持ちではやろうと思っているのに、それが行動に伴わない状況において、気持ちの部分（主体思考）だけをとらえて、「ほめる方法」です。

このステージの思考は、主に思春期のころに出現します。

（たとえば）

①勉強をしなければいけないと思っていたが、何もしないまま時間だけが過ぎてしまった。この状態に向き合い、子供の行動面よりも、あえて、思考面の肯定的な部分を、ほめます。

◆「やらなければいけないと思っていたのなら、その部分は成長したと思うよ！」

②いろいろなことがうまくできない状況において、感情を乱さないように我慢しなければと考えていたが、結局イライラした態度をみせてしまった。そこで、思考面の肯定的な部分を、ほめます。

◆「イライラした気持ちを我慢しようとしたのなら、その考えはりっぱだよ！」

このステージでは、子供の行動面がたとえ大人の期待に沿わない状況であっても、あえて、思考面の肯定性をとらえることが重要です。行動面は可視化できるため、そのことが目につきます。しかし、このステージでは子供の「思い」や「考え」をしっかり聴き、子供の内面に関心を寄せるかかわりが強く求められます。

ただし、子供がまだ小学校の低学年よりも小さい場合は適用できません。この世代の子供が「考えているけどできないの！」「やろうと思っただけ、わからなかったの！」などと主張した時には、できないことについて、一緒にやってあげたり、やり方を教えてあげたりするかかわりをしなければなりません。

■ステージ5 / 献身行動をほめる

ステージ5は他者のためになることを安定した考えのもと、自分の時間や労力を使い実行する行動（献身行動）を「ほめる方法」です。

献身行動は、ステージ1からステージ4までの積み重ねによつて成熟した状態として現れます。また、生育過程において、十分にほめられ、自尊感情が安定している結果の行動になるため、あからさまにほめるよりも感謝の言葉や「私がうれしい！」と、大人の気持を伝えることも子供の心に響きます。

（たとえば）

①不安定になって、気持ちを爆発させている友達にいつまでも寄り添っていた。このような事実を知り、一言。

◆「やさしい子になって、私がいれしいよ！」

②疲れて帰ってくる母親のために、食事を作り、洗濯も済ませてくれた。この時に一言。

◆「ありがとう、これで少し楽になるよ！」

献身行動は、小さな子供にも出現します。それぞれのステージにおいて、「献身的行動・思考」としてとらえることができます。各ステージ

で安定的にほめられる経験を積む事で、成熟した献身行動が誕生するのです。

(たとえば)

●友達がおもちゃを見つけてくれることができなくて困っている時、親から「一緒に探してあげなさい！」と言われ、すぐにできた。(ステージ1にあたる献身的受動行動)

●先生から「床に落ちているゴミは積極的に拾いましょう！」と言われていたことを思い出し、ある日、自らゴミを拾った。(ステージ2にあたる献身的学習行動)

●一人で寂しそうにしている友達に「一緒に遊ぼう！」とやさしく声をかけていた。(ステージ3にあたる献身的主体行動)

●学校の帰り道、ひどく落ち込んでいた友達がとても心配だったが、先に帰ってきてしまった。(ステージ4にあたる献身的主体思考)

また、献身行動の一部は偽善行動の場合があります。たとえば、小さな弟や妹の面倒を一生懸命みる子供は、本当は自分自身が親にかまっ

の叫びが献身的な行動として現れている場合もあります。

■まとめ

子供の発達の観点から、好ましいほめ方をとらえると、一定のガイドライン (GL) がみえてきます。

□就学前～小学校低学年の GL

この世代の子供は自立的にたくましく育つための基盤となる力を養う時期です。わかりやすく、具体的な指示を与え、それに対する肯定的な反応に対して、しっかりとほめることで、子供は正しい言動を学んでいきます。

したがって、低学年の子供に対しては、ステージ1やステージ2のレベルでたくさんほめる機会をもつことが大切です。また、①ステージ3の出現をあまり過度に期待しない。②ステージ4では、思考をほめるより、やり方を教えたり、一緒にやったりする。③ステージ5の偽善行動に適切に対応する。などの点に配慮が必要です。

□小学校中学年の GL

子供が3～4年生にもなると、大人から言われなくても自分のすべ

きことが自分の力でできるようになってきます。それまでの成長過程のなかで、学び貯めた経験があるからです。この状態の子供に対して大切なことはステージ3のレベルに焦点をあてることです。発達的にできて当たりまえになるステージ1やステージ2については、あえて見過ごす態度も必要になります。

また、ステージ4の状況については慎重な対応が求められます。ある部分では、思考と行動がアンバランスに出現する思春期の特徴をとらえることができます。しかし、まだ発達全体としては幼いため、未熟な思考の状態を全面的にほめる態度は時期尚早だと考えられます。そこで、子供の考え方をほめる場面と「考えてばかりいないで、やりなさい！」と子供に伝えるなど、対応を使い分ける時期だと言えます。

したがって、中学年の子供に対しては、ステージ3のレベルでたくさんほめる機会をもつことが大切です。また、ステージ5のレベルに関する行動は、安定的な献身行動なのかどうかを見極め、適切に子供とかわる必要があります。

□小学校高学年以上の GL

この世代の子供の特徴は、思考面の著しい発達です。一見、行動面

は幼さがあっても、内面では大人に近づいているのです。鋭い思考で自分や他者をとらえることが多くなり、自分の存在価値について悩む時代にもなります。

そこで大切なことは、子供の思考面に関心をもち、たとえ行動が伴っていないなくても、「肯定的な考え」をほめることです。そして、他者に対する思いやりのある行動に感謝の気持ち伝える「感謝してほめる」対応が重要になります。

この世代の子供とのかかわりにおいて、あまり好ましくない例としてステージ1のレベルで「えらいね！」「すごいね！」などとほめることです。ほめられることは気分がよいことである反面、状況によっては子供扱いされている気分になり、自尊心が低下してしまうことがあるからです。

したがって、ステージ4のレベルで思考面をとらえ、たくさんほめる機会をもつことが大切です。加えて、ステージ5のレベルが安定的に出現した場合は、積極的に対応します。社会貢献の感情は将来、自己実現の追求に向けた力になるからです。そして、ステージ3については少しづつほめる頻度を減少していくことが好ましいと言えます。

■筆者プロフィール

発田憲（ほったけん）

カリフォルニア州立大学卒、他、大学・大学院で研究。博士前期課程修了。アートディレクションの観点からとらえた視覚・聴覚情報における対人関係心理、コミュニケーションの研究を経て発達心理領域の実践研究者として活動。専門は、発達心理学、実践学校心理学、スクールカウンセリング。マサチューセッツ工科大学 (MIT)、英国王立大学等、欧米の大学との共同研究、講義者、私立学校の管理職を経て現職。

子供の発達を専門とする法人研究所の代表、幼稚園・小学校・中学校のスーパーバイズ、文部科学省の研究事業、教育委員会の研修講師等として活動。