

Principal Correspondence

WELL-BEING(ウエルビーイングでいきましょう)

人は幸せを求めて生きています。ハピネス(HAPPINESS)という英語は「人生の幸福」から、「現在の楽しくうきうきした感情」まで広い意味を含むのですが、心理学の分野では幸福は **WELL-BEING** という言葉が使われてきました。

WELL-BEING を辞書で引くと幸福, 福利, 健康とあります。WHO(世界保健機関)では健康という意味で **WELL-BEING** という言葉が使われています。

WELL-BEING は体の健康+心の安定・安心。総合的に良い状態を指すようです。

話は変わりますが、ホモサピエンスが地球上に生まれて20万年。農業が始まって、たかだか数千年。その歴史の中でヒトの DNA はまだ石器時代から変わっていないといわれます。言い換えるとヒトは石器時代の脳で現代のコンクリートの建物に住み、アスファルトを歩き、ネットと情報の世界に生きているのです。

ヒト(人間)は元来、森の中で風を受け、あるいは海辺で波の音を聞く生活に適応するようできているのですが、それが不足すると不安定になるともいわれます。

現代の子どもは遠くの緑を見る機会を失い、液晶画面を見続け、人工音(都会の喧噪やクラクションや電車の騒音)を聞き、それが不安定の原因にもなるといわれます。

現代社会の利便性や、情報社会を捨てて今更ヒトは原始社会に戻ることはできませんが、ヒトは時には自然音に囲まれた生活が必要です。良い音を聞くことが最も心を安定させるといわれます。

大人が身体に意識を向けるようになり、ジョギング、ヨガ、ストレッチ、ボディワーク、呼吸法、自律訓練法などがカルチャースクールで流行るのも、身体感覚を研ぎ澄ますためにマインドfulness(何かに没頭する)、サウンドヒーリング、森林療法、ダンスセラピー、音楽療法、アロマセラピー、アートセラピー、笑い(寄席やお笑い)、瞑想法などを求めるのも、すべて人の遺伝子が正常な環境を求めている証拠(人によって求めるものが違いますが)ではないでしょうか？

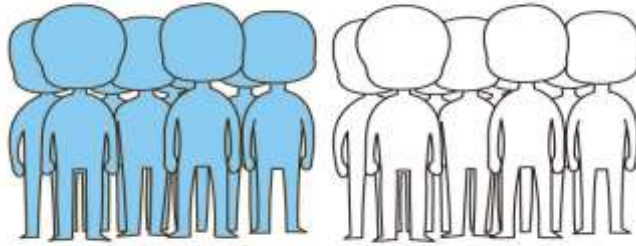
子どもにも、そうした心身の開放は必要です。自然とのふれあい(キャンプなど)、日光を浴びること、ヒトとしての絆を強める経験(宿泊学習、合宿、集団での創作活動、チームで競い合う経験など)をぜひやらせたいと思います。

集団活動は学校の領域ですが子どもたちの自然との触れ合いや、好きなことに没頭する自由研究などはご家庭での、夏休みこそ、そのチャンスです。**WELL-BEING** のために、せっかくの夏を塾通いだけで失うことがないようにしたいものです。

Principal Correspondence

学童で獲得されるもの

学童保育という分野は、ここ10年ほどで急速に確立してきた分野です。経験年数を加味して学童指導員という資格試験がありますが、小学校と違って年齢が異なる集団を教育する良さと難しさがあります。専門性が問われるゆえんです。すなわち、児童は一つの部屋に集めるとすぐ仲良くなって遊び始めますが、人数を多くすると次のようなルールに則って自然に分かれていくからです。



①年齢・・・幼少の児童は少し上の児童になつき、年の離れた子どもには近づかない。年長の児童も少し離れた下の子は仲間に加えるが、それより下の子は無視する。遊び方が異なるし面白くないから。

②性別・・・年少の児童は男女関係なく遊ぶが、思春期前になると男女のグループに分かれて互いに興味を持たない。性別で遊びが異なるし男女で同じ遊びをしてもつまらないから。

③人種(米国などでは)・・・人数が増えるとともに自然に人種別にグループができる。子ども同士、自分に似た子ども(感じ方や、文化を共有)に引き寄せられる。

脳科学的には、子どもたちは男女分かれて、年齢の近いグループを作り、年長の子が年少の子の面倒を見ることで親の代わりをして、コミュニケーション能力や社会性、リーダーシップを獲得していくようになっています。それが何百万年前から脳の進化に必要な環境として脳の中にプログラムされてきているのです(進化的に予想された環境 EEE(Evolutionally Expected Environment)といいます)。

教師はその環境をうまく作り、その中で子どもたちは群れあい、喧嘩も、協力も、助け合いもさせることで、人生で重要な能力を身につけていきます。月日を重ねるにつれ、ひとりでに上位集団に移っていく子を把握しながら看護しているのです。

「年齢の異なる子どもたちの集団ならではの成長する姿」を見られることが学童保育の醍醐味です。

