



新潟青陵幼稚園だより

令和4年度

9月号

9月 1日

生活習慣を築き，自己コントロール力を育てる

園長 太田 伸男

幼稚園教育要領の人間関係の領域には、遊びを通して思いやりや自尊心、やり抜く力のような学力では測れない能力（非認知スキル）を育むことが記載されています。入園当初は保育者と子どもとの愛着を深めることで自己肯定感を養うことを大切にしますが、次第に子どもたち同士で目的に向かって遊ぶようになり、集団の中で感情や行動をコントロールするようになります。

非認知スキルの一つである、行動や欲求をコントロールし目標を達成する能力のことを、京都大学の森口佑介准教授は「実行機能」と呼んでいます。その育て方について、著書『自分をコントロールする力』の中で次のように述べています。

- 実行機能に悪い影響を与えるものは、ネグレクトなどの虐待であり、体罰であり、親の精神不安定であり、テレビやスマートフォンの長時間視聴であり、睡眠不足である。
- 実行機能の発達に良い影響を与えるものは、子どものことをしっかりと見つけ、子どもとの関係性を大事にし、安全で安心した生活ができるよう環境を整備すること。子どもの力を信じ、親が先回りせず、後ろから支えること。しっかりした生活習慣を築かせることである。



新潟青陵幼稚園では、生活習慣を身に付けさせるために、事前に教えて強制的に守らせるようなやり方をいたしません。子どもたちは、安心して温かい環境の中で、失敗しながらゆっくりと学んでいます。挨拶を例にすると、「ありがとう」「ごめんね」の言葉を教えて、形式的に言わせることはしません。言葉にならなくても、もっと相手に伝わる子どもなりの表現を大切にしています。また、保育者は、心を込めて「ありがとう」「ごめんね」の言葉を使うようにしています。子どもたちが挨拶の良さに気づき、真似して使えるようになるまで待つようにしています。

ご家庭でも、テレビやスマートフォンを視聴しすぎないように注意してください。睡眠に悪影響があり、精神疾患・情緒不安定・肥満などにも結び付く可能性があるそうです。一方、家に帰ってきたら手を洗う、晩御飯の時にはテレビをつけないなどの、家庭ならではのルールを家族全員がしっかり守ることは、その様子を見た子どもにルールを守る意識を形成します。それによってルールに応じた行動が選択でき、不適切な行動をとらないようになるそうです。

幼稚園の職員と保護者の皆様とで子どもたちの手本となり、しっかりした生活習慣を築いて自己コントロール力を身に付けられるように、努力いたしましょう。よろしくお願いいたします。