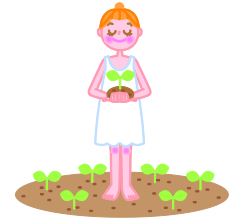


Only one

～ 子どもの「生きる力」を育む家庭教育 ～



2019年12月

今年度のテーマは「育てる」です

発行：能代市教育委員会生涯学習・スポーツ振興課

OnlyOne
Column

「IQ(知能指数) と EQ(心の指数)」

能代市社会教育指導員 佐藤 清美

子育てで、頭・心・体のバランスが大事だと考える親御さんは多いと思いますが、どちらかというとテストの成績や知能指数（IQ）の高い人をあたかも「立派な人」とみなし、その高さのみを強調する社会的な風潮があるように感じます。



一方で、狭い範囲の成績や点数を重視したところで、その子が将来いい人生を送れるかどうか予測する基準にはならないという考えもあります。IQ の高さだけでその人が社会に出てから成功するかどうかの予言にはならず、幸せな人生を送れるか、世の中の役に立つ人間になれるかどうかを決定する要素ではないという考えです。

IQ として測定できる理性的知能の価値や重要性ばかり強調されているが、結局のところ、感情が人間を支配しているときには、理性など手も足も出ない。何かを決断したり行動を起こしたりする際に人間が理性と同じくらい、あるいはそれ以上に感情に頼っていることは、だれでも経験によって知っていることで、このことから子どもが成功し、幸せな人生を送るためには心の指数（EQ）を高めることもとても大事だという主張です。ハーバード大学の心理学博士ダニエル・ゴールドマン氏は、『素晴らしい頭脳をどのように、何に使うかを決めるのはこのEQであり、そのことは、頭脳明晰な人（IQ の高い人）が、犯罪を犯すのは激怒してとか、欲情にまけてとか、つまり心の制御ができないことが発端だという分析が数多く出ていることから分かる。つまり頭は心に操られる。したがってEQ を上げなければせっかくのIQ もうまく生かすことはできないのである』と、述べています。

勉強する子は頭がよくなる・・・昔も今も変わりません。では心を豊かに強くするにはどうしたらいいのでしょうか。それは、たぶん、体験（練習）でしょう。すべての能力は練習で磨かれます。その機会がなければ能力は磨きようがないのです。それは頭も心も体も同じことです。うれしいこと、楽しいこと、悲しいこと、辛いことをたくさん体験することで、心は強く、豊かに育っていくものと思います。

子どものためと思って、親が盾になって、あるいは先回りして、子どもの経験値を低くすることは、実は心の成長を妨げていることになります。自然体験やいろいろな人との交流は、勉強と同じくらい子供にとって大事であり必要であるというこの考えは、納得できるものだと思います。積極的に環境を整え、たくさんの体験を通して心を鍛える（EQ を高める）機会を作っていかなければならないという視点は今後の目指すべき方向を示していると思います。

最後に、IQ も EQ も健康でなければ生かすことはできません。子どもの心や頭の健全な発達には健康が前提としてあり、そのためには食事や睡眠の基礎的リズムの確保が不可欠です。

「早寝・早起き・朝ごはん」は、根本中の根本であると思います。



能代市立図書館所蔵の「子育て・家庭教育に関する本」のなかから、司書選りすぐりの1冊をご紹介します。

おすすめの1冊



『子どもの便秘は今すぐなおせ』 / 松生恒夫 (主婦の友社)

親が思っているより、便秘の子どもは多いそうです。普段の生活に支障が出たり、大人になってから病気を引き起こす原因にもなりえる便秘について考えてみませんか？この本では、子どもの便秘に気づくコツ、改善のための生活習慣や食事を分かりやすく紹介します。

新しい年に向け、親子で生活を見直し快腸に過ごすチャンスです。

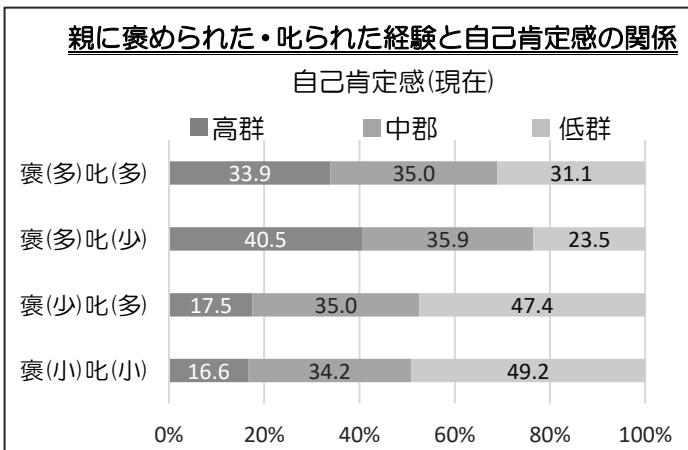
子育てや家庭教育に関するデータを取りあげます。「今」がわかり、子育てのヒントになるかも？

データでみる家庭教育

今回は子どもの頃の体験が自己肯定感と関係しているかの調査結果についてです。家庭の教育的・経済的条件が恵まれなかった人でも、親に厳しく叱られる経験が少なく、褒められる経験が多かった人は自己肯定感が高いという結果が出ています。

また、家族行事(家族で旅行に行く、スポーツや自然の中で遊ぶなど)と自己肯定感の関係では、子供の頃に家族行事を多く体験した人ほど、自己肯定感が高くなる傾向がみられました。

子供の頃の体験は自己肯定感に大きく影響しています。家庭において子供を肯定し、一緒に様々な楽しい体験をしてみたいはかがでしょうか。



国立青少年教育振興機構「子供の頃の体験がはぐくむ力とその成果に関する調査研究」



ひとつこと@家庭教育関係講座

『今年の5月に WHO(世界保健機構)で世界中でどんなものを病気にするか話し合いました。2022年からゲーム依存は病気だと決まりました。皆さん病気の時、薬飲みますよね。でも依存症に効く薬はまだありません。風邪を引いた時、気合で治す人いますよね。だけどWHOで決めたってことは、気合では治らない。病気っていうことはゲームする時間や頻度をコントロールできないってこと。』

秋田大学大学院 准教授 佐々木久長氏「メディアと健康Ⅱ～メディアに支配されない生活を目指して～」より



困ったときには…

子育てで困ったときや、相談したいことがあるとき、下記の相談先へぜひご連絡ください。親身になってお答えいたします。

能代市子育て支援課 家庭児童相談 TEL89-2955

めんchocoてらす TEL89-2948

能代市子育て支援センター TEL 能代：52-8115 / ニツ井：73-3111

能代市教育相談(風の子電話) TEL89-1616

乳児は 肌を はなすな
 幼児は 手を はなすな
 少年は 目を はなすな
 青年は 心を はなすな

☆ 通信に関するご意見やご感想、家庭教育に関するご相談等は、下記までお気軽にお寄せください。

能代市教育委員会 教育部生涯学習・スポーツ振興課 〒018-3192 能代市ニツ井町字上台1-1

TEL:0185-73-5285 / FAX:0185-73-6459 / E-mail:shou-supu@city.noshiro.lg.jp