

学校になじめない  
お子さまの  
「自信を育てたい」  
お母さまへ



ピグマリオン効果

## 我が子が伸びる！ ピグマリオン効果の活用

わが子を伸ばしたいと思ったら、  
お母さんが、まず、  
お子さまの可能性に対して  
肯定的な確信を持つことが大切です。

お母さんのポジティブな確信が、  
お子さまの成長を  
促進します。

それを実験的に調べたのが、  
ハーバード大学の  
ローゼンタール  
という心理学者です。



その実験で得られたのが、  
「ピグマリオン効果」という原理です。

その実験とは次のようなものです。

ローゼンタールは子供たちに  
知能テストを実施しました。


そして教師には、  
これから学力が伸びる可能性のある子の  
名前を教えました。

しかし、

それらの子供は  
その知能テストの結果とは無関係に  
適当に選んだものでした。

そのことは、  
教師には告げられませんでした。

そして、その1年後、  
名前を挙げられた子供たちは  
ほかの子供たちに比べて明らかに  
学力の向上が見られたということです。



つまり、

「この子は伸びる」と教師に思われた子は  
実際に伸びたというのが

この実験の結論なのです。

このピグマリオン効果は、  
何も教師と子供の関係だけに  
当てはまるものではありません。

最近では、企業でも、  
この原理を取り入れています。

特に、上司と部下の関係で  
組織活性化法が実施されているのです。

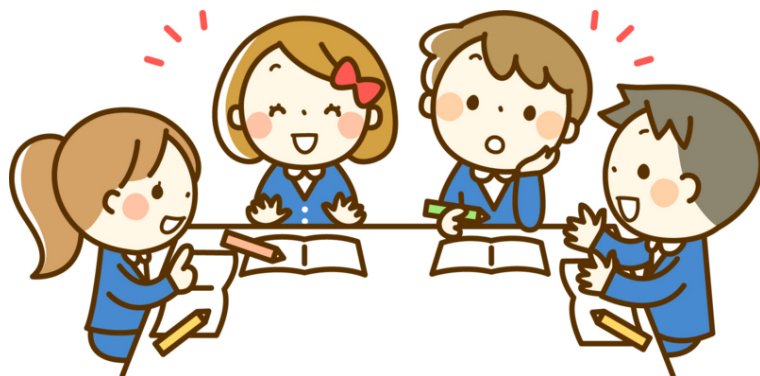
今回、私は、この原理を  
親子の間で活用することをお勧めします。


お子さまの可能性に対して、

お母さんが  
肯定的な確信を持って下さることが、  
とても大切だと思えるのです。

この子はいい子だ、素晴らしい子だ、  
優しい子だ、思いやりのある子だ、  
能力のある子だ、活力のある子だ、  
センスのいい子だ——など

お母さんが確信していれば、  
お子さまたちは、自然に  
そのように成長してゆきます。





この子は、いまひとつかもしれない・・・と

大好きなお母さんから、  
そのように思われていては、


子供たちが伸びるのは、  
むずかしいと思いませんか？

親や教師が、悪い先入観や  
暗いイメージを持ってしまって、

悪い方向に思い始めれば、  
子供たちも、だんだん  
悪い方向に変貌してゆきます。

我が子への親の思いは、  
ちょっとした言葉の端々や、

ふっと見つめた目の輝きの中に、  
確実に表れるからです。



そして、子どもたちは、  
それを敏感に感じ取っています。

でも、、、


次のように  
おっしゃる人が多いのも事実です。


・・・たしかに、言われるとおりなのですが、  
現実に目の前にいるわが子を見ていると、  
なかなか肯定的な確信を持つことができない・・・、

買い物にも行かなければならない。  
お仕事から帰って、疲れもたまっている。  
食事の準備にも忙しい。

何人もの子どもの面倒を見ていると、、、

つい・・・





そういう場合には、少しリラックスして  
深呼吸でも、してみましょう。

ほんとうは、ポジティブなお母さんでも、  
疲れてくると、発想自体が  
変わってくる可能性があります。

私も同じですし、誰でも、  
そういう側面があるものです。


最近、ゆったりと過ごすことが  
少なかったのではありませんか？

お子さまに関してだけでなく、  
仕事や生活のあらゆる面で  
そういう発想になっていませんか？

要するに、プラス思考ができない時は、

誰でも、身近な存在なだけに  
お子さまへの接し方についても  
厳しい口調になりがちなものです。





しかしそれでは、  
せっかくのお子さまとの時間を  
楽しく過ごせなくなります。

そこで、プラス思考の人生、  
プラス思考の子育てに  
転換するためのヒントをお話します。

大切なお子さま、かわいい我が子のために、  
ちょっとした「自己改造」法です。

人間としての基礎がつくられる幼少期。

この時期に、  
親から与えられるピグマリオン効果は、  
絶大なパワーを持っています。

だからこそ、ローゼンタール教授が行った  
教室での、1年間の実験でも  
多大な効果があったのです。

ましてや、十何年も  
日々の生活をともにする母子。

お母さんから受け取るピグマリオン効果は、  
本当に絶大です。

ほとんど支配的といっても  
言い過ぎではありません。

ですから、お母さんをもっと魅力的に  
パワーアップするための方法を  
ご紹介します。

思いついたときだけで構いません。  
今日から、プラス思考人間に向けての  
「自己改造」プロジェクトをスタートしませんか？





## プラス思考になるための三つの方法

一つ目の方法として、「言い換え法」があります。

「この子は、どうして、  
こんなにスローモーなんだろう？」

こんなふうに思ったときは、

「この子は他人に惑わされずに  
自分のペースで進める子なんだ！」  
と心の中で言い換えてみます。

「帰ってくるとカバンをほうり投げて  
すぐ遊びに行くのが困ったものだ」、

とってしまったときは、

「なんて子供らしい、  
元気な子なんだろう！」  
と言い換えてみるのです。

二つ目の方法は、「一歩下がり法」です。

「この子には、なんの取り柄もないなあ」

とってしまうときは、

「元気に生活してくれているだけでも、

本当にうれしいことだ！」

と考え直してみるのです。

「だらしがなくて困るなあ」

とってしまうときは、

「人の物を取るような子ではない

だからよかった！」

と考え直してみるのです。

三つ目は、「多面的評価法」です。

「勉強が嫌いでしょうがない」

とってしまうときは、

「だけど、友達はいっぱいいるから  
人間関係作りは上手なのかな」と、  
別の面に光を当ててみるのです。

「積極性がなくて、おとなしすぎて困る」

とってしまうときは、

「だけど、自分がやるべきことは、  
きちんとできるし、年下の子にも  
とっても優しい子なんだ」  
という面を思い出してみませんか。

「どうして、こんなに運動が苦手なんだろう」

とあきれてしまうときは、

「だけど、音楽はとっても得意なんだ」

と考え直してみるのです。

このように心がけているだけで、  
ずいぶん違ってくるはずです。

また、子供のことにに対してだけに  
限定しないで、もう少し  
考え方を拡大する取り組みもできますよ。

日常生活のあらゆる面で  
応用することができます。

雨が降ったら、

「今日はしっとり落ち着いた気分で過ごせそうだ」

と考える。

自動車を車庫にぶつけたら、  
「人身事故でなくてよかった」  
と思いなおす。

試験に落ちたら、  
「これも栄養になるよい経験だ」  
と考えて勉強再開。


最初はなかなか  
思うようにいかないかもしれません。

リラックスして、心に余裕のあるときには、  
たいてい、ポジティブに考えていますでしょ？

そうなんです。

本来のお母さんの姿に戻って  
接してあげるだけでいいんです。

もともと、あなたは、プラス思考の  
すてきなお母さんなのですから。



プラス思考のお母さんに  
たくさん接することができれば、

当然のように、  
お子さまもプラス思考を  
たくさんできるようになります。

いかがですか？

「言い換え法」  
「一歩下がり法」  
「多面的評価法」

リラックスして、うまくいかなかったら、  
「ママ、失敗しちゃったなあ。ハハハ♪♪」

こんな風に、お子さまたちと一緒に、  
笑えば、それも大成功ですね♪



お子さまの学習、習慣づくり、将来の展望など、  
どんな小さなことでも、気軽にお電話下さい。

「スタディ・コーチング・ラボラトリー」代表の  
福田秀一が、直接、お話をうかがいます。

**ご連絡は、今すぐ！**

e-mail : [a\\_totalperson@yahoo.co.jp](mailto:a_totalperson@yahoo.co.jp)  
(PCにて、24時間受付)

