



## 「好ましい？好ましくない？」

私は左利きなので、誰かと食事に行って横並びで座る時になるべくその人の左側に座ろうとします。左利き同士の場合は良いのですが、右利きの人の右側に座ると肘が当たってしまうかも知れないのでなるべく避けています。

人は環境や成長の過程で様々な「習慣」を身に付けます。それは、成功体験と失敗体験の中から様々な事に関連付けながら習得をします。人間は環境に慣れて行く生き物なので、ここまで進化をして行ったのだと思いますが、この「習慣」は良くも悪くも私たち自身や周囲に影響を与えます。その習慣が周りにとっても好ましい事やどっちでも良い事であれば良いのですが、そうでなかった時は大変ですね。本人も同時に困っていれば周囲にとって好ましい事に変えていく事は出来るかもしれません。しかし、本人が困っていない場合、又は本人にとって好ましい場合には、それを変更する事は難しくなります。逆に言うと、本人も周りも困らない事であれば直す必要もありません。

私たちが、子どもたちの行動や習慣を見て行く時に、その事に対してその子が「好ましい」と考えているのか、それとも「それしか知らない又はどっちでもいい」なのかを良く観察をします。子ども自身が「好ましく」考えている行動は変更し時間が掛かります。しかし「それしか知らない」のであれば別の方法を提示する事で解決するかもしれません。幼い頃に方法や手段が少ない時には変更は難しいですが、成長の過程で方法や手段が増えると自然と解消をされる事もあります（意図的にそれが出来ると良いですね）。でも、子どもによっては一度身についた事の変更が難しい子もいます。それでも、その子が何故その行動をするのかが分かると、先の道筋が見えてくるので「〇〇年後先には～の様な姿になっている」と言う予測を立てやすくなります。また、行動の変更には「動機付け」が必要になって来るのですが、そのお話はまた次回に！

ちなみに私の「動機付け」の大きな要因は「妻を怒らせない」と言う事なのですが、なかなか上手く行かない事も……

嵯峨憲司