

こどもの森の利用案内

- ★ こどもの森は、時間中いつでも帰ってもOK。お金はかかりません。
- ★ こどもの森にある道具は自由に使えます。使い終わったら片づけてね。
- ★ おやつやお弁当を食べることもできます。ごみは持って帰ってね。
- ★ 汚れてもいい服や靴で来てね。着替えもあるといいよ。
- ★ なくなったら困る大事なものは、おうちにおいてくるか身に付けて遊んでね。



大人のみなさんへ

こどもの森から保護者のみなさんへのお便りです



「自分で決める」から 失敗も成功のもとに！

こどもの森では定番の遊びになっている「クギさし」。子どもたちはやってくるなり「くぎ貸して！」と大きな声で五寸クギを借りに来ます。

そして入念に、色分けされた10本ほどの貸しクギの中から選んでいきます。実は、ただの五寸クギに違いはほとんどありません。なのに、ほとんどの子が「昨日はこれだったけど今日はこれにしよう」と真剣に選んでいくのです。

物事にポジティブに取り組める、ほんのちょっとの秘訣

玉川大学脳科学研究所の松元健二氏の研究に、自己決定に関する面白いものがあります。ストップウォッチをびったり5秒で止めるという簡単なゲームをし、その時の脳活動を計測するというものです。その際、グループを2つに分け、一方はストップウォッチのデザインを自分で選ぶことができ、もう片方は決められたストップウォッチを使います。

結果は、自分で選んだグループ（自己選択条件）の方が課題の成績がよくあらわれたそうです。しかもそのグループは、悪いことがあると活動が低下することが知られる脳の一部が、失敗した際にも低下しなかったというのです。

この研究成果は、自分で選んだ感覚が伴うときには、失敗は必ずしも悪いことではなく、いわゆる「成功のもと」としてポジティブな意味になるという事が、脳のメカニズムからもみることができた、というものです。

小さなことも「自分で決める！」から楽しい&諦めない

確かに、クギさしに関しても、たまたまその時クギが一本しかなく選べなかった時には、「やっぱりこのクギじゃダメだ！」と交換を求められることが多い気がします。子どもは遊びの中で「どうしたら自分の脳が活性化し"楽しい"のか」を本能的に理解し、自己決定することを求めて動いているのかもしれない。

大人からすると、子どもが自分で決定するのを待つのは忍耐を要しますが、楽しさを追及している脳の活動なんだな！と考えると、いつもより待てるような気がしてきますね。



遊びスイッチ、 どこにある？

小学1年生の男の子。最近こどもの森によく遊びに来るようになった彼が、園内にある遊具によじ登っていた。どこまでいけるだろう？と探るように、いろんなところに手や足を伸ばしては、もとにいた場所へ戻る。やがて、高さ1mくらいのところから勢いよく飛び降りた。

シュタツという感じで両足での着地が決まった。

次の瞬間、彼は顔の前に右肘を曲げて横に構え、左腕は後にし、かがんでそそくさと遊具の裏へ走って行った。

そう、彼は着地した瞬間から忍者になったのだ！！

私にその一部始終を見られているなんてつゆ知らずの彼は、その後も遊具の裏でしゃがみ込み、辺りを観察。また少し移動しテーブルの裏に隠れると、今度は片膝をついてシュリケンを投げる仕草。

そして、またかがんで走って行った。

着地が決まった瞬間、遊具によじ登る遊びから一変して、彼の「忍者スイッチ」が入ったようだった。そうなるのであれば、遊びの世界はどんどん広がっていく。周りにいる人たちはみんな敵の忍者に見えるかもしれないし、空を飛んでいるカラスを自分が操っているかのように感じるかもしれない。自由な遊びの発想が溢れ出し、さっきまで見ていた光景とはすべて違って見えるだろう。

彼が彼の世界を広げだした光景に、私もワクワクした。

忍者グッズも何もないけれど、ただ飛び降りただけだけど、自由に広がる発想の中で、彼はものすごく遊んでいた。おもちゃや遊具を使ったり、目に見える形で何かを作りだしたりしていなくても、な～んにもないところでこんなに自由に遊んでいる。何もないからこそ広がる発想だってある。そして、その発想のきっかけは、ただ飛び降りて、たまたま着地がキマっただけ、だったりするのだ。

子どもたちの一番シンプルな遊びを邪魔せずに見守りたいと、改めて思った。



はる

こどもの森は、身近な自然のなか、子どもたちの発想で自由に遊べる緑地です。何を、どうやって遊ぶか？を、子ども自身が決められるよう、なるべく手や口を出さずに見守ってあげてくださいね。心配なこと、わからないことは、プレリーダーにどうぞ声をかけてください。