



## 子供部屋は14歳まで与えない方がいい。。。

頭がいい子を育てる親が子供と一緒にリビングで10分間やっていると親が子どもの前で読書する習慣があると、子どもの成績が上がりやすい

頭がいい子供はどんな習慣を持っているのか。明治大学文学部教授の諸富祥彦さんは「14歳までは子供部屋を与えずリビングで勉強させた方が、集中力がアップして成績が上がりやすい。最初の10分は親も子供と一緒に勉強する」という。

※本稿は、諸富祥彦『男の子の育て方「結婚力」「学力」「仕事力」を育てる60のこと』（PHP研究所）の一部を再編集したものです。



### 「自分は頭がいいという自己イメージが高い」子供が将来伸びる

「勉強ができる子の育て方」といった本がたくさん出ています。

たしかに、持って生まれた知能がそんなに良くなくても、けっこう成績がいい子がいます。この子たちの共通点は、何でしょう。

それは、「自分は頭がいいという自己イメージを持っている」ことなのです。

小中学生の男の子をもつお母さんの悩みナンバーワンは、「うちの子は勉強しなくて……」というのが、昔からの定番です。

しかし、無理やり勉強させようとしても、勉強するようにはなりません。

勉強する習慣がついている子どもの共通点は、「ほくはやればできる子」という肯定的な自己イメージを持っていることなのです。

そしてこの「肯定的な自己イメージ」を形づくっていくのが、親や先生からのポジティブな言葉がけです。

「あなたはできるのよ」という「ポジティブな呪文」は、この肯定的な自己イメージの形成に役立ちます。

「あなたは本当はできるの。お母さんは知っているわ」

そうくり返し伝えることで、勉強に前向きになっていけるのです。

そもそも、男の子はコツコツ勉強するのが苦手です。脳の研究で、最近わかってきたのが、男の子の脳には、「落ち着きがない」「反抗したがる」「一番になりたがる」「戦いごっこやじゃれあいが好き」といった特徴が生まれつきプログラミングされていることです。

一方の女の子の脳は、人に言われたことを素直に受け入れ、真似ることでマスターするようにプログラミングされています。

漢字を書き順に沿ってお手本通りに書いたり、黒板を先生に言われた通りに写したりするのも、手先が不器用で動き回るのが好きな男の子には苦痛ですが、女の子にはお手のものです。

### 「あなたはやる気を出せば、本当はできる子」

でも、みなさんの周囲にもいませんか？ 中学校の2年くらいまでは、まったく勉強せず遊んでばかりいたのに、中2の途中くらいからグンと成績があがり、一流大学に合格した男の子が。

実は、思春期になると男の子の脳にはドーパミンというホルモンが多量に分泌されるようになり、これが集中力や意欲の上昇につながっていきます。

高校受験を控えて、「そろそろ勉強しないとマズイ」という状況に追い込まれた男の子が、ようやく集中して勉強に取り組み始めるのは、このホルモンのなせる業なのです。

しかし、すべての男の子がそうなるわけではありません。いくらドーパミンが分泌されても、勉強する気になれないままの男の子もいます。

では、将来伸びる子、伸びない子の差は、どうやって生まれるのでしょうか。

ここで大きな違いを生むのが「ポジティブな自己イメージ」の有無なのです。

親御さんが心から「あなたはやる気を出せば、本当はできる子なんだよ」と信じてお子さんに言い続けると、お子さんの潜在意識に「ほくは本当はできる子」とプログラミングされます。

すると、悪い成績をとったときには、「僕は本当はこんなもんじゃない！」と脳のはたらきが活性化し、奮起するので、その結果成績は上位に安定しがちになります。

逆に親から「あんた、本当にバカね」と言われ続けた子は、せっかくだまにいい成績をとっても「これはまぐれ」としか受けとらないので、成績は下位に定着してしまうのです。

### 勉強の習慣がつく4つのポイント

勉強の習慣が身につけていないのに、小学校高学年や中学生になってから、親がいきなり「勉強しなさい」とどやしつけても、効果はありません。

口うるさく「勉強しなさい」と言うだけでは、子どもに勉強の習慣はつきません。むしろ、勉強をきらいになるのが普通です。

では、毎日少しずつでも勉強する習慣を身につけさせるためにはどうすればいいのでしょうか。ポイントは次の4つです。

#### ①勉強時間、勉強量のハードルを下げる

お子さんがゲームをしていたり、お笑い番組やアニメをTVで見るたびに、「そんなことするひまがあったら、勉強しなさい。勉強！」と叱りつけてしまうお母さんがいます。

けれども、勉強する習慣がついていない子どもに、いきなり長時間の勉強は無理というもの。親御さんが「最低限、これだけは勉強してほしい」と思うハードルをグッと下げる必要があります。

低学年のうち、学校から毎日出る宿題をこなしているのであれば、もうそれだけでじゅうぶんだと私は思います。

#### ②遊びのあとに勉強する

男の子は、「遊びたい」「これがしたい」といった思い始めるとなかなか気持ちを切り替えることができません。お母さんから見ると、学校から帰ってまず宿題を終わらせてから遊びに行くのが理想ですが、遊びたくてウズウズモードに入っている男の子に、「勉強しなさい」と言っても馬耳東風。

むしろ、遊びや習い事から戻ったあと、好きなテレビ番組が始まるまでの10分、20分の時間を、勉強時間にあてるようにしましょう。「遊びから戻ったら、まず、15分だけ勉強」というリズムを身につけさせるのです。

#### ③リビングで親がいっしょに勉強するのが一番！

実は、これがお子さんに勉強の習慣をつけさせるための、一番のポイントです。最初からひとりで子ども部屋で机に向かい、勉強できる子なんて、まずいません。「勉強しなさい」と子ども部屋に放り出すのではなく、リビングで途中まで親といっしょに勉強するのが一番の近道です。

「毎日子どもといっしょに勉強なんて、面倒くさい！」と思われた方もいるでしょう。でも大丈夫。「いっしょに勉強」は最初の10分でじゅうぶんです。勉強が軌道にのったら、「じゃあ、できたら見せてね」と離れていきましょう。

そして、最後は丸付けをしたり、やったところをチェックしてあげてください。子どものほうも「見てくれるのなら、ちゃんとやらなくちゃ」と心構えが違ってきます。

#### ④問題集は「うすいもの」を選ぶ

やさしい先生が担任になって、学校での宿題が少なくなると親は心配になります。もう少し勉強させたいと、漢字や計算のドリルを買い与えるお母さんもいるでしょう。

その際、大切なのは、ドリルは、「うすいもの」を選ぶことです。「うすいドリル」のほうが1冊丸々やり切ることがたやすいので達成感が味わえ自信がつかます。

### リビングで勉強する子は頭がいい

小学生の男の子は、たとえ表面的には強がっていても、実は甘えん坊で寂しがりや。ひとりで自分の部屋で机に向かうなんてできる子はまずいません。

勉強は子ども部屋ではなく、リビングでさせるのが正解です。思春期に入りプライベートな空間が必要になる14歳くらいまでは、子ども部屋は与えないほうがいいでしょう。

小学生のお子さんとは、リビングでお母さんやお父さんといっしょに勉強する習慣をつけましょう。そうでもしなければ、フラフラと動いたり、集中できないままになってしまう子どもが少なくありません。

実際、「リビングで親といっしょに勉強する子のほうが集中力がアップして、成績が上がりやすい」ことがわかっています。「勉強するなら、リビングで」が今どきの子どもの常識なのです。

### 親もいっしょに勉強する

子どもにリビングで勉強する習慣をつけさせる上で大切なのは、最初の10分は、お母さんやお父さん自身もいっしょに勉強することです。10分経って調子にのれてきたら、自分の仕事をするのでも、本を読むのでもかまいません。

「勉強しなさい、集中しなさい」と言い続けるのではなく、子どものそばで、親もいっしょに勉強をするのです。このほうが、はるかにお子さんに勉強の習慣が付きやすくなります。

男の子はさみしがり屋で落ち着きがありません。お母さん、お父さんが別の場所で他のことをしていると、すぐに集中力が途切れて他のことをしはじめてしまいます。リビングで勉強するお子さんのとなりにお母さんがいて、自分の仕事をしていたり、家計簿をつけたりしているのが、男の子にとって一番落ち着いて勉強できる状態なのです。

親が子どもの前で読書する習慣があると、子どもの成績が上がりやすいというデータもあります。親が日常的に読書することで「勉強は当たり前」という雰囲気や家庭の中につくっていくのです。諸富 祥彦 明治大学文学部教授