

養育・保育におけるほめと叱り

松島 暢志・若狭かおり¹

¹ 顕真幼稚園（2018年度卒業生）

ここ10年ほど、「叱らない子育て」、「ほめて伸ばす子育て」などという言葉が、メディアを中心に大きく取り上げられ、市民権を得ているように実感する。と同時に、これらの言葉が誤った解釈で一人歩きしているように感じることもある。子どもが何をやっても介入せずに容認する（一見無関心とも見える関わり）のことを、「叱らない子育て」だと考えている親も少なからずいるようだ。そこで本論文では、養育や保育において、「ほめる」、「叱る」ということがどのような意味合いを持つものか、ということを整理し、考察していきたい。

1. ほめと叱りの流行の変遷

最初に、「叱らない子育て」や「ほめて伸ばす子育て」などがいつ頃から、またなぜ着目されてきたのかについて調査する。まずGoogle Trendで、「叱らない子育て」というキーワードの、2004年からの検索傾向の推移を概観した。その結果、2010年頃から急速に注目を浴び始め、2011年4月をピークとして、現在までも緩やかにトレンドが続いていることが読み取れた（図1参照）。なぜ2011年頃に多く検索されたかを

考察すると、ちょうどこの時期に教育評論家の尾木直樹が「叱らない子育て論」に関する著作（2011）を出し、メディアでも多く取り上げられたことと関係していると思われる。

続いて、育児雑誌に「ほめる」、「叱る」についての話題がどの程度取り上げられているかを、育児雑誌の特集見出しから用語を抽出することで調査した。本邦においては多くの育児雑誌が出版されているが、今回は、web上で比較的昔からのバックナンバーが閲覧できる、PHP研究所発行の『別冊PHPのびのび子育て』を調査対象とした。1997年1月号から2019年12月号までの23年間の雑誌の巻頭特集の見出しの中に、用語として、「ほめ」のみが含まれた号、「叱り」のみが含まれた号、「ほめ」と「叱り」の両方が含まれた号に分けて、それぞれの登場回数をまとめた（表1参照）。その結果、全体的に「ほめ」のみが登場したものよりも、「叱り」についての特集が多いことが明らかになった。また、「ほめ」のみを特集する回数は、徐々に増えているということも明らかになった。

「叱り」が、他に比べて多く、そして長きにわたって特集されているということは、そこに

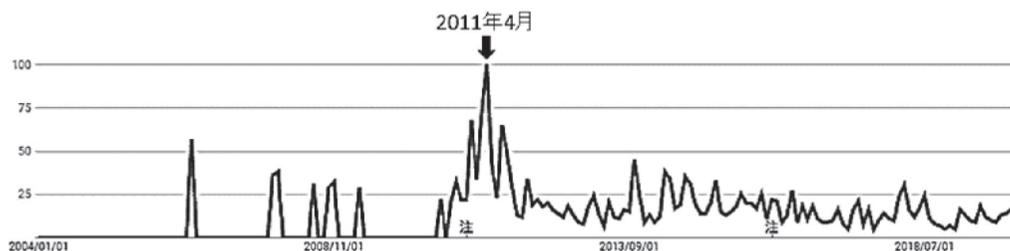


図1 「叱らない子育て」の検索傾向の推移（2004年1月～2020年1月）

表1 育児雑誌での各用語の特集登場回数

	叱り	ほめと叱り	ほめ
1997年～1999年 (36)	3 8.3%	1 2.7%	0 0.0%
2000年～2009年 (120)	12 10%	4 3.3%	2 1.6%
2010年～2019年 (120)	10 8.3%	1 0.8%	5 4.2%
合計	25 9.1%	6 2.1%	7 2.5%

上段は登場回数、下段は出現割合
()内はその期間の発行冊数

子育て世代の読者のニーズがあることを意味する。裏を返せば、多くの養育者が叱ることに難しさを感じているということの現れでもある。また、同じ「叱り」に関する特集であっても、2000年代初めまでは、『子どもがキズつく叱り方／やる気をおこす叱り方 (1997年4月)』、『子どもを「叱りすぎた」「叩いた」あとのフォロー (2001年5月)』といった、叱ることに焦点を当てた特集だった一方、次第に『叱る回数がグンと減る子育てのコツ (2007年5月)』、『「聞いてる?」「さっき言ったよね!」と叱らずにすむ育て方 (2008年10月)』といった、叱らないための特集が徐々に出現してくる。このことから、叱るという子どもへの関わりを減らすことが良い、という風潮になっていっていることが推察される。

その風潮と連動するように、「ほめ」について特集されることが増えてきた。2010年以降、『「ほめ方」を変えればいい性格になる! (2011年7月)』、『子どものやる気を100倍にするほめ方の魔法 (2014年9月)』など、それまではあまり見られなかった、「ほめ」のみに焦点をあてた特集があることから分かるように、叱りを減らす代わりに、子どもをほめることを推奨する傾向が出てきたと考えられる。

この時期の社会的背景を考えると、日本において児童虐待が社会問題化し、2010年に「児童虐待の防止等に関する法律」(通称:児童虐待防止法、平成12年法律第82号)が制定されたことと、「叱らない子育て」の流行は無関係ではあるまい。「叱る」ことは、直接的に虐待につ

ながるとも考えられるからだ。2020年度の改正児童虐待防止法に関連して厚生労働省から出された、何が「体罰」かに関する指針案によると、以下のような行動は「しつけ」ではなく、「体罰」にあたりとされる。

- ・口で3回注意したが言うことを聞かないので、頬を叩く。
- ・大切なものにいたずらをしたので、長時間正座させる。
- ・友達を殴ってケガをさせたので、同じように殴る。
- ・他人の物を盗んだので、罰として尻を叩く。
- ・宿題をしなかったので、夕ご飯を与えない。

日常を振り返ればこれらの行動は、養育者が子どもを叱る延長線であってしまってもおかしくない行動でもある。しかし、このような行動が虐待の一つと定義されるならば、叱ることを極力減らし、ほめる育児に転換することが注目を集めてきたのも当然の流れかもしれない。

とはいえ、素直にこの流行ののって、叱ることを「悪」だと断じることも極論であろう。叱ることは、正しい方向に導くために注意をすることでもある。上記に例示されたような「体罰」を用いない叱り方(導き方、注意の仕方)を、ほめとうまく使い分けることで、より良い子育てができると考えられる。したがって次項からは、ほめと叱りを心理学の観点から考えることと、発達に合わせたより良いほめ方、叱り方について考察していく。

2. 心理学から見たほめと叱り

心理学の観点から見た場合、「ほめ」と「叱り」は、スキナーによって体系化されたオペラント条件付けの原理として考えることができる。オペラント条件付けとは、行動の結果の関数として、行動の変化が生じる過程である。例えば、箱の中のレバーを押すと餌が出てくる装置の中にネズミを入れたとすると、偶然何度かレバーに触れて餌をもらうことができたネズミは、レ

バーと餌との関係を学習し、自発的にレバーを押しようになる。この過程で、ネズミのレバー押しという行動を変化(強化)させる誘因となった餌、のような対象を強化子と呼び、先行する行動を増加させるものを報酬(正の強化子)、行動を減少させるものを罰(負の強化子)ともいう。換言すると、報酬はお金やお菓子、賞賛など、その個体にとって望ましいものを与えること、罰は痛みや苦しさなど、個体にとって望ましくないものを与えることと言える。そして、ほめる・叱るという行為は、言語的な(時に身体的な)報酬または罰となる。昔から「アメとムチ」ということわざがあるように、実はこのような、オペラント条件付けとしてのほめと叱りは、子どもに対するしつけ行為として日常的に(そして多くは無意識的に)利用されていると言える。

また、ほめることは、相手の自己肯定感を高めることができ、叱ることは、相手の自己否定感を高めるとも考えられている。自己肯定感とは、「社会の中の自分の存在やあり方を前向きに評価できる感情」と定義される。自己肯定感が高まり、自分の存在に自信を持つことで、様々な物事に自分から積極的に取り組む意欲が高まり、失敗にくじげずに最後まで取り組めるようになる。しかし、20代から60代の男女5000人に対して調査を行った結果、ほめ・叱りと自己肯定感の関連についての興味深い知見が見いだされた(国立青少年教育振興機構, 2017)。この調査によると、子どもの頃に教師にほめられた経験が多い群は、叱られた経験の多寡に関係なく、大人になった際の自己肯定感が高いことが多い。一方で、ほめられた経験が少ない群は、相対的に自己肯定感は低くなる傾向にある。しかし、ほめられた経験が少ない人の中でも、叱られた経験が多い人の方が、叱られた経験が少ない人よりも、自己肯定感が高いことが多い。つまり、叱ることが無条件で自己肯定感を低めるというわけではなく、たとえ叱られる経験であっても、教師との関わりが持てたことが、大人になってからの自己肯定感の高さと関係があるとも解釈できる。そして、ほめられもせず、

叱られもせずという、教師との希薄な関係しか築けなかった場合が、最も自己肯定感を低めることにつながる。

さらに、ほめる際にどのようにほめればいいのかも議論になる。これについてはドゥエック(Dweck, C. S.)が興味深い実験をしている(ドゥエック, 2016)。彼女はまず、10歳から12歳の、かなり難しい問題に対して優秀な成績を残した子どもたちを無作為に2つのグループに分けた。そして一方のグループは、その能力(知能)をほめ、もう一方のグループはその努力をほめた。その後新しい別の問題にチャレンジする機会を設けた場合、能力をほめた前者は新しい問題にチャレンジしたがるのに対し、努力をほめた後者の多くはチャレンジした、という結果になった。つまり、能力ではなく、努力をほめることで子どもたちの動機づけが高まり、上手に子どもをほめて伸ばすには、このように努力の過程を評価すれば良いという示唆が得られた。この結果は非常にインパクトがあったため、様々なメディアでも取り上げられ、子育てや教育の一つの指針のようにになっている。

しかし最近になって、1998年にドゥエックが行ったこの実験結果が再現できないという研究知見が出されてきたことも、一言ここで触れておく必要があるだろう。例えば、チェコ共和国で5653人を対象に行った大規模実験で、ドゥエックの結果とはわずかながら反対の帰結になったもの(Bahník & Vranka, 2017)や、メタ分析の結果、ドゥエックの結果は誇張されたものだとする研究(Sisk, et al., 2018)などがある。これらの研究によって、ドゥエックの理論が即座に否定されるものではないが、この再現性問題から言えることは、ほめ方には(そしておそらく叱り方にも)唯一の正解があるわけではないということだ。

3. 発達段階に応じたほめと叱り

ほめ方、叱り方に唯一の正解はあるわけではないと述べたが、一方で養育・保育の現場では、子どもへの接し方の、いわばマニュアル的な指針が求められているのも事実である。そこで本

項では発達段階という切り口から、より良いほめ方、叱り方を考察していくこととする。これを考える際に重要なのは、子どもをほめること・叱ることの最終的な目標は何かということであろう。一つの側面としては、ほめや叱り

は、その場その場で良い行為や悪い行為を教え、悪い行為を減らしていくことを目的とする。しかし他方では、ほめ・叱りの目標は、外から示されるルールや価値の基準を子ども自身が納得し、それらを自分の中に取り込み、その取り込

表2 発達段階別にみた子どもの特徴とほめ方・叱り方のコツ

年齢	乳児期		
	0歳	8ヶ月ごろ～1歳前半	1歳後半～2歳代
発達段階	・特定の養育者との間で愛着が形成される時期	・社会的参照：未知のものに会うと不安そうな表情を浮かべ、養育者の顔と物を交互に見て、判断を仰ぐ	・自我が芽生え、好奇心や欲求が強くなる
特徴	・穏やかにほめる・叱る		・ほめる・叱るが難しくなる ・「魔の2歳児」
ほめる	・愛情に満ちた言葉 ・(喃語に対して)「おしゃべりがじょうずね」などの声かけ	・社会的参照時に、親が微笑むと安心して手を伸ばすようになる	・何かができるようになったときに賞賛の言葉(「えらかったね」「すごい」「上手ね」など) ・拍手をする ・好ましい行為そのものを言葉にする
叱る	・価値やルールの提示 ・赤ちゃんに知ってほしいことを伝える ・「そっちに行ったらダメよ」など	・不安そうな顔と、「ダメよ」などの言葉かけで、手を引込める傾向が見られる	・叱ることが本格化する ・混乱するような状況になる前に「お約束」をしたり、「お約束」が守れるような工夫をすることで叱る ・むやみに大声で叱らず、短い言葉で制止する(「めっ!」など) ・叱った後は優しく抱きしめる
年齢	幼児期		
	年少	年中	年長
発達段階	・言葉での理解が深まる	・物事の因果の基礎的理解、自己評価、相手の意図や態度を理解し始める	
特徴	・ほめられることで素直に自信や自尊心が高まる	・自信や自尊心の芽生え	
ほめる	・何かができるようになったときに賞賛の言葉(「できたね」「〇〇できてかっこいい」など) ・何か自分からやろうとする気持ちが見えた時にほめる(「(自分からやろうとして)えらいね」など)	・できるようになった喜びに共感(「よかったね」「うれしかったね」など) ・それまでと比べてできるようになったことを指摘する	・全体的なほめ言葉より、具体的にどこがいいのかをほめる ・園での最高学年になり、誇りに感じる気持ちが芽生えたことを言葉にする
叱る	・子どもの目線になり、行動の理由を考える ・気持ちをうまく言葉にできないため、大人が介入して気持ちを汲み取り、尊重する	・すべき行為を肯定的に言いかえて伝える(「立たないで」ではなく「座りましょう」など)	・何がいけなかったのか、その行為はどのような結果に至ったか、今後どうすればいいのかを、簡単な言葉で伝える ・わざと行動を改善しないこともあるので、別の方法を考えたり、繰り返し、根気よく叱っていくなど、長い目で見える

んだルールや価値をもとに行動できるようになることでもある。これを内化 (internalization) と呼ぶ。つまり、ほめたり叱ったりする際には、単に「いま・ここ」での行動の修正だけではなく、子ども自身のルールや価値の内化を導くような工夫をしていくことが求められる。

当然ながら、この工夫はその子どもの発達段階によって異なる。段階が異なることで、同じ関わりであっても、子どもに対する影響が異なるからだ。例えば青木 (2005) は、就学前児と小学1年生の子どもを対象に、お手伝いをする場面を設定し、ほめがどのような効果を生むかについて実験を行った。ほめ方は、愛情・感情ほめ (「わあ、ありがとう、助かるわ。〇〇さん、ありがとう。」、賞賛ほめ (「わあ、上手、できたね。〇〇さん、上手。」、肯定的なうなずきの、3種類が用意された。お手伝いの場面では、愛情・感情ほめを小学1年生がより好み、賞賛ほめを就学前児がより好むことが分かっている。実験の結果、就学前児では賞賛ほめを受けた場合、小学1年生では愛情・感情ほめを受けた場合に、作業量が増加した。つまり、年齢によって好むほめ方が異なり、また自分が好むほめ方を受けたほうが、動機づけを高めるということが明らかになった。

続いて、岩立 (2017) のほめ方・叱り方のコツをもとに、著者の一人が実習中に実習先の保育者がしていた言葉かけの使い分けを収集したものをまとめて、発達段階に応じたほめ方・叱り方の要点に関する表を作成した (表2参照)。

乳児期は、言葉が未発達であるため、非言語的な関わりを主として、穏やかに伝えることが基本となる。特に、8ヶ月頃を過ぎて社会的参照が出てきた後は、やってもいいことにはうなずきや笑顔を返し、やってほしくないことには短い言葉や不安な顔を見せるなど、養育者も善悪の区別を答えるようにすると、探索活動も安心して行えるようになる。

幼児期は言葉の理解が進み、自我の芽生えが始める。この頃から自尊心を形成し始めるため、ほめ言葉・叱り言葉も年齢を意識して使うようにすると良いだろう。また、学年が上がるにつ

れ、お兄ちゃん・お姉ちゃんになったという誇りも出てくる。そのため、進級した始めの頃は「さすが、お兄ちゃんになったね。」などの、自己意識的感情に関わる言葉かけは有効的であろう。しかし、時間が経つにつれて、同じ言葉のままでは効果は薄れてしまう。そこで年長児には「もうすぐ1年生になるもんね。」などの、徐々に次の学年を意識した言葉かけに変えていくようにすることも望まれる。また、「すごい。」「いいね。」などの賞賛の言葉は4歳くらいまでは有効だが、5歳以上になると物事の因果関係の理解が進むため、「〇〇が△△だからよかったよ。」などと具体的に因果関係に触れて伝えることが良いと考えられる。同様に、叱りにも理由やその行為に至った結果、改善点を伝えることで、自分の行為の振り返りや社会的評価を学ぶ機会を持つことができると考えられる。また全ての段階に共通することとして、ほめは笑顔であること、叱りは冷静かつ短い言葉を使い、命の危険に関わることは明白に伝えることが重要であると言える。

養育者や保育者が、ほめることや叱ることを通して社会のルールや価値を伝達する際に、子どもが納得して内化することを導くためには、まず子どもを理解しなければいけない。子どもは今どのような発達段階にあるのか、どのような特徴を持ち、どのような関わりを受け止めやすいのか、などについて、養育者や保育者は常に考えながら接することが重要である。

4. 総合考察

本論文では、養育や保育において、「ほめる」、「叱る」がどのような位置づけであるのか、どのように関わればより効果を持つのかについてまとめた。まず、近年の虐待・体罰に対する問題意識の広がりから、虐待・体罰に直結しやすい叱りが敬遠されている傾向が伺えた。しかし、このことが、虐待・体罰に直結する叱りを減らすことに現実的に繋がっていくかということ、そう簡単ではないということも想像に難くない。運動指導者養成課程と保育者養成課程の学生461人を対象に、体罰に関する経験と意識につ

いて検証した研究によると、運動指導者養成課程の24.1%、保育者養成課程の20.5%が体罰を受けた経験があり、体罰経験を持つ学生は、「体罰がなくなると生徒になめられる指導者が出てくると思う」などの意見を、体罰経験のない学生よりも高く評定することで、体罰のネガティブな側面を相対的に過小評価し、今後のキャリアで自らも体罰を使うかもしれないと予測する傾向が高かった (Matsushima & Takahashi, 2017)。この結果を見ると教育・保育現場における体罰には、虐待でも見られるような、世代間伝達の負の連鎖が少なからず存在すると考えられる。予防の観点から、被体罰経験者が持つ、体罰を正当化してしまいかねない認識を、どのような介入をすることで改善できるかについて、今後検証していく必要があるだろう。

本論文で筆者たちが強調したいことの一つは、虐待・体罰を避けることは、必ずしも「叱らない」ことに繋がらないこと、また、「叱らない」ということは、単に子どもを甘やかすことでもないということである。大豆生田(2017)は、甘えと甘やかしは異なるものであると述べている。彼によると、適度な甘えは、子どもが自立に向かうための「愛に基づいた依存」とも言え、愛着関係を築くために必要不可欠なものである。子どもの欲求を受け入れることは、自由を尊重している。一方、甘やかしは、子どもの自立を阻むものである。例えば、過干渉や、大人の先回りなどは、自立を阻む甘やかしと言えよう。子どもが自分でできるのに、親がやってしまえば、それは単に親の都合に過ぎない「叱らない」ことは、「ほめる」だけすればいいのではない。同時に、「ほめる」を大事にすることは、単に「叱らない」ことでもない。時にはほめ、時には叱るということが、子どもと関わるうえで重要になる。

しかし、時には叱るのが望ましいと言われても、中にはどうしても叱ることに抵抗感を持つ養育者・保育者もいるだろう。この場合の一つの提案が、あらかじめ「叱らなくてよい環境」を設定することである。例えば、子どもの手の届くところに大事なものを置いておくと、自発

性と好奇心が出てきた子どもは、必然的にそれに手を伸ばそうとすることだろう。この時に「大事だから触らないで！」と叱るかどうかわからない、もしくは叱らないための代替策に悩むという前に、そもそも子どもの手の届く範囲に大人側が大事なものを置かなければ良いのである。叱らなければいけないような子どもの行動を誘発しやすい環境を、少し改善するだけで、問題行動の頻度、そしてそれを叱る頻度は減少するだろう。他にも、食事に集中して欲しいので食事中にはテレビをオフにする、スーパーで勝手に陳列品を触らないように好きなおもちゃを持たせておく、勝手に室外に出ていかないように手の届かないところに鍵をつけるなど、子どもの行動に対して後手に回る前に、先に大人側からできる工夫は数多くある。どうして子どもが叱られるような行動をしてしまうのかを考え、対策し、未然に防ぐということを、養育者・保育者として常に意識しておくことが肝要である。

さらに丹(2017)は、ほめる・叱るにこだわり過ぎず、それらを越えた関わりが重要ではないだろうか、という提案をしている。手始めに、「ほめる」という言葉を「認める」という言葉に置き換えていくことで、曖昧な善悪の判断ではなく、子どもの存在全体を受け入れていくイメージをもたせることができるだろう。また、これまでならば叱っていた場面でも、「今何をするんだっけ?」「次何するんだっけ?」「それって良いことだっけ?悪いことだっけ?」などのように、大人側が気づいてほしいことや、して欲しいと思うことを問いかけることで、叱りに対する子どもの防衛反応を和らげることができるという。丹のこの提案は、子どもの性善説に偏りがちとも考えられるが、一方で子どもへのしつけが、ほめるか叱るかという単なる二極論ではないという示唆を私たちに与えてくれる。

いずれにしても、子どもに関わる際には、子どもと養育者、子どもと保育者との間に、信頼関係が築けているかが重要である。信頼関係が築けており、子どもを理解し、尊重しているならば、どのような関わりであろうとも(たとえ

感情的に子どもを叱ってしまったとしても)、子どもは受け入れるだろうし、そのことだけで両者の関係は崩れることはないだろう。

引用文献

- 青木直子 (2005). 就学前後の子どもの「ほめ」の好み が 動機づけに与える影響. *発達心理学研究*, 16, 3, 237-246.
- Bahník, Š. & Vranka, M. A. (2017). Growth mindset is not associated with scholastic aptitude in a large sample of university applicants. *Personality and Individual Differences*, 117, 139-143.
- ドゥエック, C. S. (2016). マインドセット「やればできる!」の研究. 草思社.
- 岩立京子 (2017). 発達段階に応じたほめ方・叱り方のコツ. *児童心理*. No.1044, 18-24.
- 国立青少年教育振興機構 (2017). 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 (報告書).
- 厚生労働省 (2019). 体罰等によらない子育てのために (素案)
- Matsushima, N. & Takahashi, K. (2017). Difference in consciousness of acceptance of corporal punishment among students of

planning to be sports coaches and child minders. 15th European Congress of Psychology. P5.242

- 尾木直樹 (2011). 尾木ママの「叱らない」子育て論. 主婦と生活社.
- 大豆生田啓友 (2017). 甘えと甘やかし、どう違う? NHKすくすく子育て 2017年9月23日放送回.
- PHP研究所 PHP Interface 雑誌バックナンバー <https://www.php.co.jp/magazine/>
- Sisk, V. F., Burgoyne, A. P., Sun, J., Butler, J. L., & Macnamara B. N. (2018). To what extent and under which circumstances are growth mind-sets important to academic achievement? Two meta-analyses. *Psychological Science*, 29 (4), 549-571.
- 丹 明彦 (2017). ほめる大人とほめられたがる子どもの心. *児童心理*. No.1044, 25-31.

付 記

本論文は、第二著者が比治山大学短期大学部幼児教育科に提出した卒業論文 (2018年度) に、第一著者がデータを新たに追加、再分析し、再考察した上で、加筆・修正したものである。