Fun parenting bookshelf

こそだての本棚

バックナンバーはこちらから▼
JUN. ISSUE #03

自分は善人で、
世の中は悪人だらけ

誰しも自分のことを「善人」と思っている

私たち人間は、自分だけがキレイで真っ当な心を持っていて、自分が正義であり、ほかの人はそうではない、と漠然と思っているようです。どうして、そんなことが起きるのかというと、人は、自分に都合の良いことが記憶されやすく、自分の都合の悪いことは忘れやすい心理を持っているとのこと。アメリカカリフォルニア州立大学のデビッド・メシック氏は、自分が他人にしてあげた「善行」、他人が自分にした「善行」を５分間でできるだけ多く書き出すという実験をしました。すると、被験者たちは、自分が他人にしてあげた善行については、５分間に約 4.2 個に対し、他人の善行については約 2.9 個しか思い出せませんでした。

他人様から、多くの善行をしていただいているにも関わらず、人は、自分の善行、正義を多く主張する傾向にあるのです。そして、その親切をすぐに忘れてしまいます。逆に、相手が自分に不愉快なことをしてきたときには、しっかりと記憶しています。

このようなことから「やっぱり私って、かなりの善人だよね」という自己像が出来上がり、他人については、悪いことの方をたくさん想起するので、どうしても自分より他人が「悪人」に見えてしまうのです。私たちの記憶が、自分の記憶を美化する方向に機能しているのは、ある意味では、自分を守る防御本能でもあります。決して、悪いことばかりではありませんが、人はそういう心理を持っている、と理解し、他人様に接することで、相手に感謝の気持ちを持つことができるようになるかもしれません。

子どもたちには、自分を主張する力も伝えたいところですが、他人様の善行にしっかり感謝することができる力も、身に付けていきたいものです。

編集後記

人の心理を学べば学ぶほど、人というのは奥深く、不思議な心を持っている生き物だというふうに感じます。強い命令をされると、やりたくなくなり、逆に、強い禁止をされると、やりたい欲求が駆り立てられる天邪鬼さも人の面白い心理です。「宿題をやりなさい！」で、「うん！僕は宿題をするよ！」となかなかなりません。「ゲームを絶対にしちゃダメよ！」という絶対的な禁止は、むしろ、やりたい欲求が駆り立てられます。心理的にはその中間である。穏やかな口調で伝えることが相手の行動を促しやすいと言われています。

子どもたちの心理に一番影響しやすいのは、やっぱり側にいる親の姿勢、態度です。どのような言葉をかけ、どのような態度を手本として示すのか、子育てや保育をしながら、子どもを通して、学ばせていただきたいと思います。

今回の参考図書紹介

「すごい心理学」

著　者　内藤誼人
発行所　総合法令出版

発行元：おへそグループ統括園長吉村直記