



こころ

スクールカウンセラー

吉澤克彦

令和2年8月

社会性の発達 サリーとアンの課題

「サリーとアンの課題」という心理検査があります。

右の絵を順番に見てください。そして、5コマ目の絵を見て、こう質問します。「戻ったサリーが、ビー玉を探すのはどこでしょう？」

3歳児くらいまでは「箱の中」と、自分が知っている事実で答えるそうです。これは、サリーは、見ていなかったのだからビー玉が動かされた事実は知らないといった自分以外の視点に立てないと言うことです。やがて5歳くらいになると、他人の視点を持てるようになり、「カゴ」と答えられるように発達していきます。

しかし、他人の視点に立つことが困難な子がいます。程度は様々ですが、こだわりが強いという課題を持っている子もいます。

友達と仲良くしたいと思うのですが、気にしすぎたり、他人の視点に立てなかったりこだわりがつかつくと、トラブルになることがあります。相手の都合や感情に気づけずに自分を押し通そうとしたり、逆に相手に合わせようとするあまり自分を失いがちになったりすることもあります。思春期になると、こういった対人関係の躓きの積み重ねや納得のいかなさをとても気にするようになり、大きな挫折経験となることもあります。

ただし、こうした特性をスキルトレーニングなどで補うことで、社会生活を問題なく過ごせるようになる場合があります。そして、望ましいやり方や適切な態度を身につけることで苦手を克服すると、他の部分がぐんと伸びることもあります。音楽性だったり、運動だったり、手先の器用さが活かされたり、特定の分野の学習や研究だったり、こだわりの強さや妥協を許さずとことん集中するということが、誇るべき個性となって一人一人の中で輝きを増してくるのです。



コラム：イチローのこだわり

大リーグで活躍した偉大なプロ野球選手イチローは、様々なこだわりを持った人でした。バッターボックスに入るまでの動作を一定（ルーティーン）にしていることは、有名ですね。

このこと以外も、翌日のゲームから逆算して、寝る時間や起きる時間、食事の時間など、全てのスケジュールを決めているといった球場入りまでの行動も一定に保つ強いこだわりを持っていたり、味覚に関しても敏感で、調味料の変化にも敏感だったりというエピソードもあるようです。

一定の行動様式を維持することで、メンタルを安定させ、ストレスを軽減させていたとも言われています。イチロー選手の強いこだわりこそが、世界的大スターを生み出したとも言えるのではないのでしょうか。