南小だより

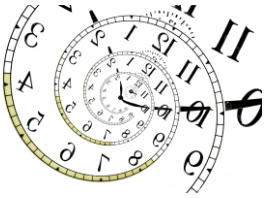
櫛引南小学校
令和７年１１月２７日

１年間は長い？短い？

校 長　　奥山　徹

時が経つのは早いもので、２０２５年を締めくくる月「師走」に入ろうとしています。昔の日本では年末になると各家庭で法事を行い、お坊さんを招いてお経をあげてもらう習慣がありました。そのため、お坊さん（師）が各家庭を回って読経を行うなど、非常に忙しく走り回る姿が見られました。この様子から、「師が走る＝師走」という言葉が生まれたと言われています。実際、お坊さんだけでなくさまざまなお仕事や家事で何かと忙しくなる月です。

ところで、冒頭で「時が経つのは早いもので…」と述べた通り、私はここ数年、１年が経つのがとても早く感じています。ところが、先日、２年生のある児童に「１年、あっという間だね～」と話しかけたところ、「えー？１年は長いよ～」と言われました。２年生と私の感覚がちょっと違っていたのです。この感覚の違いは、実は研究されており、１９世紀にフランスの哲学者のポール・ジャネーが提唱し、その甥で心理学者のピエール・ジャネーが記したことから**「ジャネーの法則」**と呼ばれています。この法則を簡単に説明すると**「人間の体感時間はそれまで生きてきた年齢に反比例する」**というものです。



例えば、５０歳の人にとって１年は、これまで生きてきた５０年間のうちの１年、つまり５０分の１です。一方、１０歳の子どもにとっては、これまでの１０年間のうちの１年、つまり１０分の１。同じ１年間でも、１０歳の子どもの体感時間は、５０歳の大人の５倍の長さに感じられるということです。これは、「初めての経験や新しい情報が多いほど時間を長く感じる」という脳の特性によるものだといわれています。

子ども：毎日が新鮮 → 記憶が豊富 → 時間が長く感じる
大人：日常がルーチン化 → 記憶に残ることが少ない → 時間が短く感じる

思い返すと、私が子どもの頃、夏休みや正月休みはとても長く感じていました。これは１年間だけでなく、「１日」「１時間」「１分間」においてもその体感差がでるということです。そのため、子どもと大人の時間に対する感覚の違いから、次のような場面も生じます。

先生：集合時刻まであと５分しかないから急いで！
児童：はーい。**（でも、５分もあるんだからそんなにあせらなくたって…）**

先生：この勉強は大事だから授業を５分だけ延長します。
児童：はーい。**（えー！５分も延長！長すぎる～！）**

先生：風邪が流行ってきたからお楽しみ会は、１週間後に延期します。
児童：はーい。**（えー！１週間も先～！待ちくたびれるよ～）**

子どもたちにとっては５分が２０～３０分に、１週間が１カ月にも感じられることもあります。こうした違いを踏まえると、時間変更や時間に関する指示を出すときには、ジャネーの法則を頭の片隅において話をすることが大切かと思います。私たち大人は、子どもたちの気持ちを考えた話し方を心がけ、より納得のいくコミュニケーションを通して、よりよい人間関係を築いていきたいものです。