



遠隔の丘

由利本荘市立子吉小学校

学校だより

第7号

令和5年6月27日発行

<教育目標>

「ふるさとを愛し
明るい未来を切り拓く
子どもの育成」
～かしくゆたかにたくましく～

褒めること、認めることで育つ自尊心・自己肯定感

”踊るエジソン 自尊心 歌うエジソン ジソン心～♪”これは、水曜日のカンパネラというアーティストの楽曲「エジソン」のサビの部分です。ここに出てくる「自尊心」という言葉の意味をご存じですか？「自尊心」は、「自己肯定感」とほぼ同義語で、自分自身に対して抱く評価や尊敬の気持ちのことです。実はこの「自尊心」は**子吉小学校の子どもたちに足りない部分**、いや最近の日本人にとっての大きな課題となっているものです。

この自尊心・自己肯定感が低い子どもの主な特徴として、以下の3つが挙げられます。

新しいことに挑戦しない

自尊心・自己肯定感が低い状態では、好奇心や喜び以上に「失敗したらどうしよう」というマイナス思考が上回ります。そのため、自分の行動に対して自信をもてず、不安が先に出て新しいことに挑戦しない傾向があります。

自分の意見を言わない

「自分の考えは間違っている」「批判されたら嫌だ」という自信のなさから、自分の意見を言わないことも特徴です。その場を穏便にやり過ごすことを優先し、自己主張せず周りの意見に合わせる傾向が見られます。

ほめても受け入れようとしない

自尊心・自己肯定感が低い子どもは、ほめられても「自分は大した人間ではない」という感情が優先されるため、喜ぶ仕草をあまり見せません。(謙遜や奥ゆかしさと受け取れがちですが)

逆に、自尊心が高い人は、自分の長所や短所を客観的に捉えることができ、自分の価値を認めることができます。そのため、**自信を持って行動することができ、困難な状況にあっても乗り越えることができる**のです。

自尊心は、幼少期からの経験や周囲からの評価によって形成されます。子どもの頃に、両親や家族の愛情に包まれ肯定的な言葉をかけられると、「自尊心」が高まります。一方、批判や暴力などのネガティブな経験をすると、「自尊心」が低下する可能性があります。

子どもの自尊心・自己肯定感が低い原因

①過度に厳しくしつける

過度にしつけようとすると、子どもが頑張る理由が「怒られないこと」「親にほめられること」になります。このような状態では努力の基準が親になってしまうため、自尊心・自己肯定感が高まりません。適度に叱ることは教育において大事な場合もありますが、必要以上のしつけにならないよう配慮しましょう。

②子どもの話を聞かない・聞いても反応しない

子どもは親の反応に敏感であるため、親が子どもの話を聞かないと「自分に興味がない」という感情が生まれ、自尊心・自己肯定感が下がりやすくなります。夕飯の支度中など反応が難しい場面もありますが、子どもの話にはできるだけ丁寧な態度で耳を傾けてあげましょう。

③子どもの行動を親が決める

子どもの行動を親が決めると、挑戦する意思が抑え込まれることにつながり、自尊心・自己肯定感が下がります。子どもは新しい経験を積み重ねる中で、自尊心・自己肯定感を養います。子どもの決定を尊重し、親はサポート役になることが大切です。

では、どうしたら「子どもの自尊心・自己肯定感」を高めることができるのでしょうか。

1 子どものすべてを受け入れる

大前提として、**子どもの全てを日頃から受け入れること**で、子どもの自尊心・自己肯定感が高まりやすくなります。全面的に受け入れると、子どもの中で「自分は親にとって大切な存在」という感情が大きくなるためです。例えば、何かに失敗して泣いていたなら、「何をしているんだ」「落ち込むんじゃない」と叱るのではなく、子どもの悲しい気持ちや悔しい気持ちを受け止めてください。失敗しても受け止めてくれる人がいれば、子どもはポジティブな気持ちで次の挑戦に臨めるようになるのです。

2 子どもに期待しすぎない

親が期待をこめすぎると、子どもは「期待に応えなくてはならない」というプレッシャーを感じます。子どもの教育に力を入れている親ほど、子どもに求めるものが増える場合もありますが、**必要以上に期待を押し付けない**ことが重要です。例えば、学校の徒競走で子どもが2位だったときに、さらに上を望んで「次は1位を目指そうね」と声をかけるケースがあるでしょう。このような場合でも、まずは2位になった頑張りや2位に至るまでの過程、挑戦する姿勢を褒めてあげることが大切です。期待することは悪くありませんが、過度な期待にならないよう留意して接することが、自尊心・自己肯定感を高めることにつながります。

3 ささいなことでもほめて、感謝の言葉をかける

日常生活の中で起きるささいなことでも、**親が感謝の言葉をかけると**、自尊心・自己肯定感が高まります。自分の言動により相手が喜んでくれると、子どもの中に「またやろう」という前向きな気持ちが芽生えやすくなります。反対に、親からの感謝の言葉がなければ、子どもは「自分の行為は意味がなかった」とネガティブに捉える可能性があるでしょう。感謝の言葉と同様に、**ほめることも**子どもの自尊心・自己肯定感を高める上で大切な行為です。ほめる際は「何がよかったのか」を具体的に伝え、ほめてもらった内容を次の目標に向かって生かせるようになります。

4 何があっても他の子どもと比較しない

子どもの自尊心・自己肯定感を高める上で絶対にやってはいけないことが、他の子どもとの比較です。自尊心・自己肯定感を高める上では、子ども自身ができるようになったことに注目すべきであり、他人と比較する必要はありません。周囲と比べられると、「周囲よりも勝ること」が子どもの中で大切になり、足りないと感じた部分に劣等感を抱きます。また、常に周囲と比べられる環境では、自分と人を比べる習慣が子どもに身につく、結果的に自尊心・自己肯定感を低くする要因となります。子どもはそれぞれに個性やよさがあるため、自分の子どもがどれだけ頑張っているか、どれだけ成長しているかに注目することを心がけましょう。

4つのポイントを示しましたが、全てのことに留意しながら子育てするのは難しいと思います。それこそ、ストレスが溜まるでしょう。一番簡単にできて、一番ストレスを感じずに、一番効果があるのは、「**3 ささいなことでもほめて、感謝の言葉をかける**」ことだと思います。

「そうか」「なるほど」「よくできたね」「がんばったね」お子さんが「自分のことが好きになる」ように、**お子さんの行動をよく見て、話に耳を傾け、認め、ほめてあげてください。**

花いっぱい活動



6月6日(火)～8(木)に、「花いっぱい活動」として、3年生以上の児童が、学年ごとにグループに分かれてペゴニアを植えました。花を植えお世話することで、生命を尊重し、他者を思いやる心を高めることをねらいとした、子吉小学校の恒例の活動です。

花を植えたプランターには、それぞれ子どもたちの名前が記載され、校門から玄関まで並べられています。この後、水やりや草とり、花殻摘みなどのお世話をし、きれいな花が長く咲き続けることを期待しています。ボランティア委員会の活動としてもしっかりとがんばってほしいと思います。PTA授業参観や、学校にお越しの際に、ぜひご覧ください。



7月の行事



【ドクダミの花】

日	曜	行事	日	曜	行事
4	火	クラブ	14	金	子ども会
5	水	全校計算テスト 縦割り清掃	17	月	海の日
6	木	読み聞かせ(1～3・6年)	18	火	清掃強調週間(～21) 【5校時限】
7	金	PTA授業参観・学年懇談	20	木	読み聞かせ(4・5年) 児童委員会
11	火	クラブ	24	月	夏休み前集会 【5校時限】
12	水	全校漢字テスト 縦割り清掃 PTA窓ふき作業	25	火	夏休み(～8/23) 個人面談(～28)