



前回の校長だよりで一番大切なことを言い忘れていました。子育ては今しかできないです。子どもはあっという間に大人になってしまいます。後数年～10年ぐらいではないでしょうか。大変だと思いますが、その大変さを楽しむという余裕がほしいと思います。子どもは、未熟です。とんでもないことをやらかします。でも、大人になったら、分別はつくものです。「大丈夫 大丈夫」という気持ちで、子育てをしましょう。きっと明るく前向きな子に育つことでしょう。保護者が心配で心配でたまらないという、不安な姿勢で接していくと、後ろ向きで、消極的な子になってしまいます。保護者の皆さんには太陽のように、明るく笑顔でいてほしいです。

1 社会貢献と自尊感情

自己肯定感・自己有用感等を含め、自尊感情といいます。自尊感情を高めることが、幸せにつながると前回の校長だよりで言って参りました。しかし、自尊感情が高まる場合は、人の役に立ってよかったという社会貢献的な場合と、人より優位を感じ高まる場合があります。前者は幸せにつながりますが、後者はどうでしょう。自分がトップに立った、髪型や奇抜な服装で目立った等と感ずる場合、その時は人に注目されて幸せを感じるでしょう。しばらくすると、声をかけてもらえなくなります。そこで、さらにさらにと自分を追い込んでいく状況になります。それも、常に人と比べて優位に立とうとして。人を追い落とそうとして。人との適切なつながりはなにもありません。苦しいばかりです。それよりも、人の役に立ち、喜びを感じることに幸せを感じる場合は、既に人とのつながりが適切にできているので、思いこまれるという感覚はないのです。安心して人に役に立つことで自尊感情を高められるのです。

2 日本の子どもの自尊感情(自己肯定感・自己有用感)の低さ

子どもの心を育てるうえで、一番大切なのはなんでしょう。しつけも大事、勉強も大事、しかし一番大切なものは、自尊感情(自己肯定感・自己有用感)といわれるものを育むことです。自尊感情とは、「自分は生きている価値がある。」「大切な存在だ。」「必要な人間だ。」という気持ちをいいます。10代になって、いろいろな心配な行動や症状を出してくる子どもの話をじっくり聞いていると、最後に必ず出てくるのは、この自尊感情の低さです。

高校3年生から、突然、家庭内暴力をふるい出した男の子は、
「おれは、クズ人間、おれはゴミ人間」
と泣きながら、家具を壊し続けました。

高校2年で、一切食事を取らなくなり、拒食症を発症した女の子は
「私はだれかにとって、大きな存在、大切な存在、必要な存在、そんな人間ではないんだ。そんな人間になんてなれないんだ。どうでもいい存在。いらぬ人間なんだよ。」と書きました。

14歳で非行に走った少女は、
「どうせ私なんか、生きている意味ないし。」
と、何もかも嫌になって、家を飛び出したこと、しかし、友達のお母さんの優しさに触れて、初めて、こんな自分でいいのかな、と思えて涙が止まらなかったと語っています。

これほど、心の土台と言っていいくらい大切な自尊感情ですが、日本では、まだまだその大切さが認識されていないようです。平成14年5月、日本の高校生の自己肯定感を、アメリカ、中国の高校生と比較した調査結果が発表されました。

(1)「自分はダメな人間だと思うことがある。」		
日本	アメリカ	中国
73.0%	48.3%	36.9%

(2)「自分にはあまり誇りに思えるようなことはない。」		
日本	アメリカ	中国
52.7%	23.8%	22.9%

もちろん、国民性の違いや文化の違いがあるでしょうが、それにしても、日本の子どもたちの自尊感情の低さは、どの調査を見ても突出しています。

これからの日本の子育て、教育は、子どもたちの自尊感情をいかに育んでいくか考えられるべきだと思います。

～10代からの子育てハッピーアドバイス スクールカウンセラー・医者 明橋大二著～

3 子どもの自尊感情(自己肯定感・自己有用感)を高める。

(1) 子どもの話を真剣に聞いてあげる

子供が何かを話している時は、途中で口を挟んだり、テレビやスマホをちらちら見たりせず、最後まで聞いてあげましょう。途中で話をさえぎると、自分が尊重されていないと感じることもあるので注意が必要です。真剣に話を聞くことで、親は自分にとって大事な存在なんだ。自分を認めてくれる存在なんだと、自尊心が芽生えます。

(2) 叱るときは「行動」を叱る

「あなたは本当にダメな子ね！」
このような、子どもの人格を否定するような叱り方をしていないでしょうか？人格を否定

するような叱り方をすると、子どもの心は傷つき、自己肯定感をなくしていきます。叱るときは、行動そのものを叱るようにしましょう。

「これは危ないからやめてね」

「こういうことすると、心配になるから、今度からはこうしてね」

このように行動に焦点を当てて叱ることで、子どもは自己肯定感を低くすることなく、やっていいことと悪いことの区別がつくようになります。

(3) 自己肯定感を育み、相手の存在価値を高める言葉「ありがとう」

「ありがとう」という言葉は、お礼の言葉であると同時に、相手の存在価値を高める言葉です。われわれが、人から「ありがとう」と言われてどうしてうれしいのかというと、お礼を言ってくれたからうれしいというよりも「自分が人の役に立った」「自分がやったことに意味があった」と思えるからうれしいのです。特に、自己肯定感の低い子ども、「どうせおれなんか」と言うような子どもに、何かいいところを見つけて、「これ、君のおかげで助かったよ。ありがとうね」と言うとき、子どもはうれしそうに顔をします。なぜかというところから「どうせおれなんか、おらんほうがいい」と思い込んでいる。そういう自分にありがとうと言ってもらえたということは、自分みたいな人間でもちょっとは人の役に立っているのかな、自分みたいな人間でも生きていてもいいかなと思えるのです。自分も人の役に立てるんだ」「自分も必要とされることがあるんだ」「自分も生きていていいんだ」、こう思える、自己肯定感こそが、生きる力そのものです。生きる力を育てる教育、それは、イコール自己肯定感を育む教育です。こういう土台があって、初めて勉強をがんばろうと思えたり、世の中のルールをきちんと守ろうと思ったりする、原動力となっていくということです。



《山南の花》始めました。》

咲かせる活動を始めてくれました。校長室前のボックスに、「人のために役立っている姿」を、花の形をした紙に、記入し投入することになっています。それを児童会の子どもたちが、全校集会で紹介したり、掲示したりしていく予定です。また、自分自身も積極的に素敵な姿を見つけ、ほめていきます。これにより、山南の山が花いっぱいになり、子どもたちの自尊感情が高まればいいなあと思います。ささやかですが、「人のために役立つことをした子」「それをみる目を持った子」には、贈り物をしようと思っています。



「もらってー」と待っています