

園長だより「子ども達に自己肯定感を」 第20号

統計調査によると、日本の子ども達は年齢が上がるにつれて自尊感情が低下していく傾向にあるようです。自尊感情” Self-esteem（セルフ-エスティーム）” は自己肯定感と訳されていることもあり、同じ意味で使われる時もありますが、厳密に言えば少し違いがあります。ただ、自尊感情を育てるための自己肯定感はとても重要です。今回は子ども達の自己肯定感を育てるために保護者の皆さんや私たちが大切にしなければいけないことを考えていきたいと思います。

1. 多様な考え方ができるようにする。

そのためには家庭や保育園・学校が自分の気持ちや考えを表現できる場所でなければいけません。子ども達が「叱られるのではないか」「間違っているかもしれない」「馬鹿にされるのではないか」「否定されるのではないか」と感じることなく、安心して自分の気持ちや考えを表現できる雰囲気を作ることが大切です。

2. 感謝の心を育てる。

いつも申し上げていることですが、先ず、保護者の皆さんが良いお手本になることが大切です。子ども達は皆さんの背中を見て育ちます。皆さんが「ありがとう」と伝えることを習慣にしていれば、お子さんも必ず「ありがとう」と言えるようになります。お子さんがお手伝いをしてくれた時は「ありがとう」「助かったよ」と感謝の気持ちを伝えてあげてくださいね。子ども達は自分が役に立てたということに大きな喜びを感じるものです。

3. 決めつけない。押し付けない。

お子さんの能力や才能を大人の物差しで値踏みして、限りない可能性を狭めてしまわないことが大切です。生まれ持った能力や才能で力を発揮する人もいますが、それはごく少数の人々です。子ども達の能力や才能は練習したり、学習したりすることで限りなく広がり、そして伸びていきます。

保護者の皆さんには「こんな子どもであってほしい」「こんな子どもになってほしい」というお子さんの姿があるでしょう。それは素晴らしいことだと思います。ただ、お子さんがその姿から少しでも外れるとついつい余計な言葉をかけたり、助けたりして修正してしまいがちです。これは確かに親心かもしれませんが、お子さんからすれば「押し付けられている」という状態です。お子さんに親の思いを押し付けないためには、最初にお子さんの気持ちに寄り添い、共感してあげることが大切です。共感することでお子さんは大きな安心感に包まれます。その上で皆さんの考えや思いを伝えてあげればよいと思います。