



# まつかぜ 松風

学校通信 第668号  
令和2年 1月31日  
日立市立 大沼 小学校  
在籍数 515名

校訓：かしこく・やさしく・たくましく



## 自己肯定感を育てる



先日、NHK教育テレビ「すくすく子育て」のキャスターを務めていた天野ひかりさんの講演を聞く機会がありました。

天野さんによれば、親のいちばん大切な役割は、「子どもの『自己肯定感』を育てること」だそうです。『自己肯定感』とは、「ぼくは、ぼくだから大丈夫。わたしだから大丈夫。」「ぼくは必要とされている。わたしは愛されている。」「ぼくは自分が好き。わたしはわたしのことが好き。」と思える強い心の中で、『自己肯定感』が育まれると、「何かに挑戦して学んでいける」「壁を乗り越えられる」「相手の気持ちや立場を思いやれる」というようなことができるようになり、だからこそ『自己肯定感』はすごく大事なのだそうです。では、どうしたら『自己肯定感』が育つのでしょうか。天野さんは、『自己肯定感』を育てる方法はただ一つ、それは『親の言葉かけ』です。」とおっしゃっていました。いちばん近い存在である親からの『認める言葉』によって、長所は勿論欠点も含めて、「自分は丸ごと認められている、自分は丸ごと愛されている」と実感できると、「ぼくは大丈夫、わたしは大丈夫」と感じ、『自己肯定感』がどんどん育っていくそうです。逆に、「早くしなさい」「ゲームばかりしてはだめでしょう」等、指示や禁止の言葉は、『自己肯定感』の成長を阻む言葉の代表例だそうです。

私自身はといえば、高校生と中学生の我が子には、NGワードをずいぶんとかけてしまい、今思えば、本当にかわいそうなことをしました。小学生あたりまでが『自己肯定感』の成長が著しく、それ以降は緩やかになってしまうそうです。私のように失敗しないように、ぜひ保護者の皆さまには、子どもたちを認め励ます言葉をたくさんかけていただき、子どもたちの『自己肯定感』を十分に育てていただければと思います。

【指示しない・禁止しない会話のコツ】 ※言葉を言い換える

「～しなさい（指示）」→「レッツ」例：「起きなさい」→「起きよう」

「～しないで（禁止）」→「いいよ」例：「こぼさないで」→「いいよ！頑張って食べてる証拠だね」

〈生徒指導主事 ●●●●〉

⋮

（一部抜粋）