

平成30年度 地域でつながる家庭教育応援事業

親子の学び応援講座 (川俣町PTA連絡協議会)

日時：平成30年8月1日(水) 14:10~15:20
場所：川俣町中央公民館

講演「子どもの自己肯定感を高める親・教師の接し方」

講師 福島県学校教育相談員 山本 和宏 氏

社会情勢の様々な変化により、人と人とのつながりや豊かな体験など、子どもたちの成長に必要な要素が不足している現状がある。それに伴い、いじめや不登校などの問題が顕在化し、子どもたちの自己肯定感の形成に及ぼす影響が懸念されている。そこで、山本氏の講話を通して、自己肯定感を高めるためのヒントを学び、子どもたちの健全な成長に向けた取組を各家庭で行っていけるように、本テーマを設定し、当講座を実践した。

1 講演の内容

はじめに

- 自分の座右の銘は「とにかく楽しく」である。「とにかく楽しく」自己肯定感を高めるための子育てをするためには、どうすればよいのか。そのことを一緒に考える時間にしたい。

最近、いろいろな場面で迷うことが多くなったが、「迷ったらGO」と言い聞かせるようにしている。PTA役員として忙しい日々を送っている方も多いと思うが、人生は、一度きりで、後戻りできない。だからこそ「今が一番」の精神で、前向きに頑張っていってほしい。

ア 子どもたちの現状～さまざまな要因が引き起こす一般的な傾向

- 一般的な傾向として、今の子どもたちは忙しいし、疲れているように感じる。無気力、無責任、無感動の三無主義に、無表情を加えた四無主義になってきている。
- 多様な人との関わりが少なくなっていることが、無表情の原因になっている。例えば、集団で遊んでいるように見えても、一人一人に目を向けると、ゲーム、漫画、順番待ちとそれぞれである。このように、集団の中でも自分だけの世界にすることが多い。
- 子どもたちの遊びの中身や場所が変わってきている。昔と比べ、外で遊ぶ子どもが少なくなっている。
- 今の時代、テレビやスマホ、インターネットなど、メディア過多の影響がある。そのため、決まった時間に寝て、決まった時間に起きるといふ、正しい睡眠のリズムが確立していない子どもが見受けられる。昼夜の生活時間が逆転してしまっている子どもも中にはいる。12歳以下の子どもは、睡眠時間が9時間必要だと言われている。十分な睡眠時間を確保させたい。
- 自分さえよければという考えの人が増えてきており、思いやりが薄れている感がある。また、誰かに頼らないと折り合いがつけられない他人任せの風潮も見受けられる。そのような環境の中で育つ子どもたちへの対応とともに、まわりの大人たちのピュアサポートも充実させることが必要になってくる。



- 「お母さん、トイレ」のように必要最低限の言葉しか発しない「酔っ払い言葉」を使う子どもが増え
ており、言語環境の乱れが見受けられる。
- 孤食、個食、粉食といわれるように、子どもたちの食事について問題が多くなっている。子ども1人
だけの食事は、好き嫌いを増やし、わがままを助長することにもつながる。共働き家庭が増え、何かと
忙しいとは思いますが、家族の団らんの場所となる食卓を目標にしてほしい。

イ 自己肯定感を高めるためには

① 自己肯定感とは何か？

- ・ 自己肯定感とは、「自分は大切な存在だ」と思え
る心の状態のことであり、自分を肯定している感
覚や感情である。
- ・ 自己肯定感の対義語は、自己否定感である。自
己肯定感が低い子どもは、「もうだめ」「できな
い」など自己否定感が強い傾向がある。
- ・ 自己肯定感を高めるためには、そのままの自分
を受け入れられる前向きな思考が求められる。
- ・ 自己肯定感の形成には、コミュニケーション能
力も重要な要素になる。人とのコミュニケーショ
ン作りが苦手な子どもは、自己肯定感も低くなっ
てしまう傾向がある。



② 自己肯定感の形成要因と低い原因

- ・ 自分と他者との過度な比較により、自己肯定感の形成が阻害される場合が多い。
- ・ 親との関わりの中で、虐待があったり自分を否定されることが多かったりすると、自己肯定感がも
てなくなる。また、親の過干渉や過保護も子どもの自己肯定感を低くする要因となる。
- ・ 思春期における友達との肯定的な関わりが構築されなかったり、教師との信頼関係が崩れてしまっ
たりすることも、自己肯定感を形成する上で阻害要因になる。

③ 自己肯定感を高めるために家庭（学校）でできること（家庭教育手帳から）

- ・ 自己肯定感の形成には、信頼関係の構築が前提となる。子どもたちにも言い分があり、常に自分の
思いを聞いてもらいたいと思っている。親や教師が子どもたちの発言や意見に真剣に耳を傾けること
で、信頼関係を作ることができる。
- ・ 子どもの良さをほめるためには、普段の様子をよく見るのが大切になる。子どもの食べっぷり、
遊びっぷり、つきあいっぷりなど、子どもの変化に気づくように心がける。
- ・ 子どものしつけには、だめなことはだめという父性的なもの、その子の気持ちをくんであげる母
性的なものの適度なバランスが必要となる。
- ・ 子どもが自己決定する場面を意図的に設定するとよい。自分で決定したことに対しては、じっくり
と見守っていける親や教師であってほしい。「これでいい」ではなく、「これがいい」と言える子
どもに育てたい。
- ・ 自己解決力を育てたいのであれば、子ども同士のけんかやトラブルに親が出しゃばり過ぎないよ
うにすることが大切である。親が出過ぎてよいことはひとつもない。自力で折り合いをつけられる子
どもにさせたい。

④ 自己肯定感を高めるほめ方・叱り方

- ・ 決して感情的にならず、その場で対応するしつ
けが望ましい。
「前もこうだったよね。お前は〇〇なんだから！」
のように以前の出来事を引き合いに出して、決め
つけてしまうような言動は控えた方がよい。
- ・ 子どもをほめたり叱ったりするときは、公平に
行うようにする。子どもは敏感に反応するので、
えこひいきは絶対にしてはいけない。
- ・ 「叩いたらいけないって言ってでしょ。何回
言ったら分かるの、この子は、・・・」と言った
あと、親が「バシッ！」と叩くなど、言っていることとやっていることが一致しない二重メッセー
ジを送ってはいけない。子ども自身が納得できるような叱り方が、子どもの真の成長を促していく。



ウ 学校・家庭・地域の連携

- 地域の中で、大人が子どもたちに注意をする場面がある。調査によると、大人は、地域の子どもに注意していると感じている割合が高いが、子ども側は注意されている実感が少ないというデータがある。子どもたちの健やかな成長のために、信頼関係を構築してより一層積極的に関わるようにしていきたい。
- 学校や家庭だけでなく、地域の子どもたちはみんな育てるという意識を地域住民が共有するようにしたい。

エ おわりに

- 子どもの自己肯定感を育てるために必要なことは、親や教師が自身の自己肯定感を高めて、じっくり子どもと関わるゆとりをもつことである。それができなければ、子どもたちの自己肯定感は育っていかない。



2 質疑・応答

Q1 教育手帳について、詳しく教えてください。

A1 過去に学校で配布していた手帳である。現在は、社会教育課のホームページに掲載されているので必要なときに取り出して活用することができる。

Q2 山本氏が、自分の娘に対し、父親として気をつけていた点は何か？

A2 子どもを信用することを心がけていた。娘には、どんな友達でも反対しないから、紹介しなさいと常に伝えていた。その成果か、ある日、娘は立派な結婚相手を紹介してきた。

Q3 一番下の5歳の自分の子どもに、「自分のことが好き？」と聞くと、「好き」と答えるときと、「自分のことを好きな人なんているの？」と言い返してくるときがある。上の子どもは、いつでも「好き」と素直に答えるのだが、親の性格が下の子に遺伝しているのではないかと悩んでいる。

A3 5歳の子どもが答えたことに対して、そんなに真剣に悩む必要はないと思う。親の性格が遺伝しているとは考えにくいので、安心して子どもに接してほしい。

自己肯定感の形成のために親や教師が留意すべきことを、ポイントを的確に押さえて、分かりやすく説明していただいた。時にマジックを交えながらのユーモアあふれる山本氏の講演に、参加者は楽しみながら耳を傾けていた。今回の講演内容を、参加者一人一人が自分のこととして受け止め、それぞれの家庭や学校で生かしていこうとする意識の高まりを、参加者の表情やアンケート結果から伺うことができた。

3 参加者の声

□ 子どもに考えさせる、責任をもたせる等、何でも大人が手を貸すのではなく、一人の人格をもった人間として向き合っていくことが大切だと改めて感じました。

□ 自分も仕事をして3人の子どもを育てています。仕事から帰ってきたら、家事、育児、スポ少の送迎で忙しい毎日です。忙しいから、子どもたちに親の意見を押しつけているときもあります。でも、忙しいのは言い訳なので、子どもたちの意見も聞いてみようと思います。

□ 3人の男の子がおりますが、普段の生活に追われ、子どもと向き合う時間が少なくなっていると感じました。長男は就職に向けて悩んでいる時期で、親としてどう対応すればよいのかを考えていました。アドバイスはしても、選択は自分ですることが大切なので、見守ろうと思いました。何事も「とにかく楽しく」と子どもに伝えたいと思います。

□ 「子は親の鏡」という言葉を改めて実感しました。「子どもを信じ、待ち、認める。そして、だめなものだめ。」私たち自身も、自己肯定感を高くもち、子どもたちと接していきたいです。