

子どもたちの豊かな育ちのために

～子どもの「自己肯定感」を高める大人の関わり～

別紙 4

「自己肯定感」の高い子どもは

- 「自己肯定感」とは、欠点や短所も含め、自分が好きで、自分を大切に思える気持ちのことです。
- 自己肯定感の高い子どもは、困難な出来事があっても、自分のことを信じ、前向きに取り組むことができます。また、自分を大切にすることは他者を大切にすることにもつながります。
- 自己肯定感とは、自分のすべてを受け止めてくれる人との関わりの中で、自分の役割を果たすことなどをおし、よさや持ち味を認められることで育まれていきます。

いじめたり、いじめられたいしない子どもに育ってほしい。



子どものありのままを認めることから

- 自己肯定感の育ちは、幼少期の生活や教育環境に、大きく左右されると言われます。
- 子どものありのままを認め、子どもを大切に思っている親の気持ちを伝えたり、スキンシップをとったりして、子どもが安心できるようにしましょう。
- 何かに取り組んだ成果だけではなく、「あなたがいてくれてうれしい」と、子どもの存在そのものが大切であることを伝えましょう。

あったかいな。

あなたのことが大好きよ。



「自己肯定感」を高めるには

①子どもの話をしっかり聴きましょう

子どもの話をしっかり聴き、子どもが自分を大切にされていると実感できるようにしましょう。

【話を聴く時のポイント】

- 言葉にうなずいたり、感想を伝えたり、興味のあるところを質問したりする。
- 話が途切れても、急がせたりせず、じっと待つ。
- 話の途中で意見を言ったり、要約したりしない。
- 新聞やスマートフォンを見たり、家事をしたりしながら聴かない。

今日、学校でノートのことをほめられたよ。

字が丁寧に
見やすい
ノートだって。

そう！
ほめられたんだ。
どんなことを
ほめられたの？

体育の授業で
シュート外し
ちゃってさ。

おしかったなあ。
きっと次は
入るよ。



②子どもを本気でほめましょう

子どもの得意なものや熱中していることをほめ、子どもが自信をもてるようにしましょう。

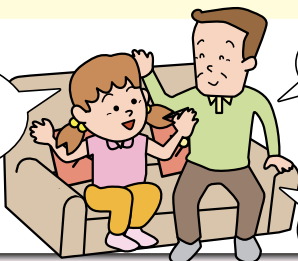
【ほめる時のポイント】

- 子どもが一生懸命取り組んでいることを見つける。
- 学習に限らず、遊びや趣味などの取組も認める。
- タイミングを逃さず、その場で具体的にほめる。
- 小さなことやわずかな変化も見逃さずにほめる。
- 取組に失敗しても、挑戦したことを認める。

うん。
毎日エサをあげる
仕事なの。

生き物係に
なったん
だって。

毎日続けていて
すごいなあ。



はい。

そこのお皿を
下げてくれたら、
うれしいな。

コップも
下げてくれるの。
ありがとうね。



【ほめるためのきっかけづくり】

- ・食器の片付けや玄関の靴の整頓など簡単な仕事を頼み、手伝った時にありがとと伝える。
- ・ゲームで遊ぶ時間やテレビを見る時間などのルールを決め、約束を守れた時にほめる。
- ・家庭学習の時間など、子ども自身が立てた目標に対し、その努力の継続や目標の達成をほめる。