



保健室からこんにちば



「いや」って言える子に育てたい

～みんなちがって、ちがって当たり前～

「境界線（バウンダリー）」や「同意」——聞きなれないことばかもしれません。最近、学校では「いのちの学習」の中で、自分のことも相手のことも大切にするための考え方を少しずつ子どもたちに伝えています。

境界線ってなに？

境界線とは、自分と相手の“ちょうどいい距離”のこと。人によって、場所によって、その距離は変わります。

- 体の境界線**…手をつなぐ、ハグ、肩を組む、「嫌だな」と感じる距離もある
- 心の境界線**…気持ち、大切にしているもの、日記や持ち物、ひみつ

同意ってなに？



「同意」とは、相手に「いい？」と聞いて、OKをもらうこと。

- ふれあう前に「いい？」と聞く
 - 「いや」と言ってもいい
 - 「いや」と言われたら、すぐにやめる
- 「いや」と言うことは、自分を守る大切な力。おうちの方の「いや」も、子どもに伝えていいのです。

「**自分は平気でも、相手は嫌かも**」。人はみんなちがう。ちがって当たり前——このことが、人とかかわる時の大前提になります！

こんなことはありませんか？

- ☐ 子どもの机の中やノートを勝手に見ていませんか？
- ☐ 子どもが大切にしている物を無断で使ったり、捨てたりしていませんか？
- ☐ 「お姉ちゃんだから」「男の子だから」と、気持ちを聞かずに大人の考えで決めていませんか？

親子でも、お互いのことを大切に思う気持ちが温かい関係の一番の土台です。

学校で時々見られること…

学校生活では、子ども同士のかかわりの中で、つい言ってしまったことばで相手が泣いてしまったり、けんかになったりすることがあります。

自分にとっては何気ないことばでも、相手を深く傷つけてしまうことがある——大人も子どもも、このことを心にとめておきたいものです。

おうちの方をお願いしたいこと

自分のことも、相手のことも大切にできる子を育てるために

- ★気持ちをことばにする→自分の気持ちを伝える練習を
- ★相手の気持ちも聞く→「どう思う？」と、相手の気持ちを聞く習慣を
- ★「いや」と言っても大丈夫と伝える→その安心感で自分らしくいられる

