

大崎市子どもの心のケアハウスだより

《9月号》

大崎市教育委員会

今年度がスタートして6ヶ月。一年の折り返し地点を迎えようとしています。1学期終了という大きな節目は、子どもたちが頑張ったこと、できるようになったこと、行事でやり遂げたこと、成長できたことなどを振り返る絶好の機会です。節目は「気持ちの切り替えができる」「リセットして再出発ができる」「新たな目標に向かう意欲付けになる」など、子どもたちにとって大きなチャンスと捉えることができます。



節目は「自分が変わる・自分を変えるチャンス☆」です。

そして、子どもたちがどのように変わりたいのか、変えたいのか・・・そのヒントを与えてくれるのが、まもなく渡される通知表です。

通知表は「先生から子どもたちへのメッセージ」「子どもの頑張った姿をお家の方へ伝えるもの」。通知表には、子どもたちのよさや頑張り、成長の跡がたくさん記されています。きっと子どもたちも楽しみにしていることでしょう。期待と不安が半分半分でしょうか。親は子どもから通知表を手渡され、思わず〇の数や数字ばかりに目が行きがちです。中にはなかなか成績が伸びず、つい子どもにチクリと言いたくなる保護者の方もいらっしゃると思いますが、まずは一呼吸。一番気にしているのは子ども自身です。追い打ちをかけてしまえば、子どものやる気を奪ってしまいます。



子どものやる気を引き出す、子どもが変わる・変えるために見たい通知表のポイントは・・・

評価が良かった観点をチェック

子どもが頑張ったところ、評価が良かった点を確認しましょう。良かったところを示しながら、「今回も国語を頑張ったね」「算数が上がったね」など、具体的な言葉でその努力を認めてあげましょう。子どもの中に自信を意欲が湧き出てくるはずですよ。

「もう少し」「がんばろう」の評価がついた観点をチェック

良くない評価や観点を見つけると、つい厳しい言葉を投げかけてしまいがちです。しかし、そこは我慢。努力が必要なところは、見方を変えれば「これから変わっていけるところ」「伸びしろが大きいところ」と捉え、どうやって良くしていこうかを親子で一緒に考えましょう。

担任の先生からの所見を読んで「意図」を共有

所見の欄には、子どもの頑張りや努力についてや、「もっと良くなるためのポイント」などが記されています。「〇〇ができたんだね。次からは〇〇も頑張ろうか」など、先生と“想い”を共有して、ともに子どもの成長を応援していきましょう。

ある有名な漫画のセリフに「あきらめたら、そこで試合終了ですよ」という言葉が出てきます。「きっと伸びるから頑張ろう」と子どもを信じて勇気づけてあげることが保護者の皆さんの大切な役目です。たくさん励ましてあげてください。



☆☆☆☆☆「自信」と「自己信頼感」の関係 ☆☆☆☆☆

「自信」は、成功体験（勉強や運動、活動、仕事、作業などにチャレンジし、「できた」ことで喜びや達成感を味わうこと）によって獲得されるものです。「自信」が過去の成功体験の積み上げで判断されるものなのに対して、『自己信頼感』は自分の内側から漠然と感覚的に感じるものです。文字どおり、子どもが自分自身を信頼している感覚、「自分はできる」「自分は大丈夫」と思えることです。こちらも成功体験や獲得した自信の数が影響していると言われていたりますが、経験や体験が少ない子どもたちの『自己信頼感』には、子どもの頃の親子関係が大きく影響していると言われていいます。何かが出来たから…、何をしたから…ではなく、「子どもの存在そのものを喜ぶこと」が、子どもたちの『自己信頼感』を育むことにつながっているのです。子どもの頃に親から受けた愛情によって『自己信頼感』が育まれ、勇気をもってチャレンジすることができるようになります。



『自己信頼感』を育むために…

たくさん褒めて、認めてあげましょう

親が厳しすぎると子どもが委縮してしまいます。また、子どもの行動にケチをつけたり、否定することもよくありません。子どもと一緒に喜びや達成感を感じ取り、たくさん褒めて認めてあげましょう。「できた」という喜びを、親が認めてあげることが大きな自信となり、自己信頼感を高めることになります。

子どもの可能性を信じて後押ししましょう

子どもは誰もが、たくさんの才能や可能性を秘めています。「この子は何をやってもできない」と子どもの力を否定してしまえば、子どもも「自分は何もできない」と思い込んでしまいます。勇気を出してチャレンジするお子さんの背中を押してあげられるのは、親の力強い支えと温かい言葉です。

子どもがやりたいことにチャレンジさせましょう

自信や自己信頼感を獲得するためには、子どもが自発的にチャレンジしたことによる喜びや達成感がとても大切になります。親がやらせた行動や気持ちが乗らない活動に嫌々チャレンジしてできたとしても、子どもの喜びにはつながりません。大きなチャレンジだけでなく、日常の何気ないチャレンジはたくさんあるはずですよ。

子どもにはたくさんの愛情を注ぎましょう

親から愛されていると感じている子どもは、いつも温かく見守られている感覚があり、根拠のない自己信頼感を育むことになります。逆に、親からの包み込まれるような暖かさやぬくもりを感じることなく育った子どもは、不安先行や心配性、過敏な子どもになりがちです。

「自己信頼感」とは、一時的な成功やうまくいった実績、輝かしい経歴とは関係がありません。

チャレンジは、失敗しても、うまくいかなくても、チャレンジしたことそのものに意味があるのです。

保護者の皆さんの心の安定は、お子さんのリラックスに繋がります。お子さんのこと、ご自身のことについて不安や悩みがあればお気軽にご相談ください。