



# のぞみ 希望



## 「ありがとう」を伝える

校長

夏休みが終わり、子どもたちが学校に戻ってきました。3年ぶりの制限のない夏休みをどのように過ごされたでしょうか。

夏休み前、子どもたちに「ありがとう」「あいさつ」「あんぜん」を意識して夏休みを過ごすように伝えました。いかがだったでしょうか。

この「ありがとう」を大人が伝えることは、子どもの自尊感情を育むことにもつながるそうです。欧米の子どもたちに比べて、日本の子どもたちは自尊感情が低いと言われます。自己尊重トレーニングの北村年子さんの研修を受けたことがあります。自尊感情が子どもたちの「心の支え」になるという趣旨のお話をされていました。

北村さんによると自尊感情とは、「不完全でも、弱くても、どんな状態の自分でも、あるがままを受け入れ『私は私、今この自分で大丈夫、私は価値のある存在』と思える気持ち」だそうです。そして、「自分があるがままに受け入れる。そして、他人の尊厳も同じように大切に『I am OK, You are OK.』という気持ちが、すべての命は等しく尊いという認識につながっていく。」ということでした。自尊感情をもつことによって、人権意識も高まり他者も大切にできるようになるということです。そして、子どもの「自尊感情」を高めるために大切なことは「ほめること」＝「ありがとうを伝えること」なのです。

「ほめるポイント」は

- ・ ふだんやっていること、あたりまえと思っていることをほめる
- ・ からだの働きをほめる
- ・ 「ありがとう」と言えること、感謝できることをほめる
- ・ ごめんなさいと言えること、まちがいを認めることをほめる
- ・ 結果だけでなくプロセスをほめる
- ・ できることだけでなく、今できなくてもこうしたいと思っているプラスの思いをほめる
- ・ 愛すること、好きだと感じること、肯定的な感じ方をほめる
- ・ 完ぺきをめざさず、不完全をほめる。
- ・ 「イイ子」「上手ね」「がんばったね」以外でほめる
- ・ マイナスの中のプラスをほめる
- ・ 弱さや欠点を受けいられることをほめる
- ・ 生きているだけでありがとう。今ここに生きていることを、まずほめる

「北村年子の自己尊重トレーニング」より引用

普段していること、当たり前のことに対しても「ありがとう」と声をかけることが「ポイント」で、「良い子だね。」「上手だね。」「がんばったね。」というほめ言葉では自尊感情を高めることができないそうです。それは「良い子でないとほめられない。」「上手にできないとほめられない。」「がんばらないとほめられない。」と感じてしまうからなのだそうです。「えらい、よくやった。」とほめることよりも「ありがとう、助かった。」と伝えることが大切なのです。

新学期が始まりました。「学校大好き」「このまち大好き」で「自分が好き」と自信をもって言える杉田っ子の育成を引き続き目指します。私たち教職員は、子どもたちにたくさんの「ありがとう」を伝えます。保護者の皆様、地域の皆様もぜひ「ありがとう」を子どもに伝えてください。よろしくお願いいたします。