

子どもたちの、私たちの自己肯定感を育むために

講師：木村洋太さん（京都府立大学）

報告者：井村弘美さん（大府市指導員）

世話人： さん（港区）

私たちは、大人も子どももたくさん失敗や悔しい思いをしながら生きていきます。人間は誰もが、「自分には生きる意味がある」、「価値ある人間である」と信じて生まれ育っていますから、失敗をしたり、他者に受け入れてもらえなければ、傷つき、諦めたくくなります。「自分は価値がある」という生まれながらの信念が否定されてしまうのを避けたいと思うからです。傷つき、諦めたくなるのは、意思や根性が弱い人間だからではありません。その価値を持ち続けたいという思いが強いからなんです。そんな傷つきや、打ちのめされて諦めたくなる心を、“気持ち弱い”と責めてしまうと、人は持っていた自分の価値自体を信じられなくなっていきます。それが自己肯定感の低下という現象です。

それではいったいどのような心が自己肯定感を作っているのでしょうか。自己肯定感が高いと思われる人は何をもっているのでしょうか。傷つき、失敗したときにでも、弱みやできないことがある自分を受け入れるには、どのような関わりが大切なのでしょうか。

今回の講座では、自己肯定感の出発点から始めて、自己肯定感を支える心の仕組みや、輝いている子どもの姿、自己肯定感を育むための関わりの視点などについて、ビデオ視聴を交えてお話していきたいと思っています。

このような自己肯定感の問題は、子どもだけのものではないと思いませんか？ 大人も子どもも自分の価値を問われる機会はたくさんありますね。その度に人はもがいたり、苦しんだり、あるいは乗り越えて新たに価値を広げたりを繰り返して生きています。講座ではぜひ、みなさんの自己肯定感も振り返り、自分が認められたときの嬉しさを思い起こしていただきたいです。それを子どもたちにも与えることが関わりの本質なのであります。

< 講義としてお話ししたいこと >

- 自己肯定感ってなんだろう
 - 「ありのままの自分」を認める
 - 自己肯定感の出発点
 - 自己肯定感を支える心の仕組み
- 自己肯定感が脅かされる時
 - 発達の流れを探ってみる
- 自己肯定感を育むための関わりについて
 - 先生が私をみていてくれる