

自尊感情・自己肯定感をはぐくむためのチェックポイント

子供の自尊感情や自己肯定感をはぐくむために、チェックしてみましょう

正 対

- ☐ 「見捨てない、見逃さない」姿勢で子供に向き合っていますか？
- ☐ 子供に対して「受容」や「見守る姿勢」だけになっていませんか？

共感的理解

- ☐ 子供の気持ちを、ありのままに受け止めようとしていますか？
- ☐ 子供の表面的な言葉や行動から、評価や批評をしていませんか？

かけがえのない存在

- ☐ 子供の個性を把握し、教育活動の中で生かしていますか？
- ☐ 子供の言葉や表現を大切に受け止めていますか？
- ☐ 集団にとらわれ、存在を見落としている子供はいませんか？

所属感

- ☐ 子供のよさを認め、そのよさを学級全体で共有していますか？
- ☐ 行事等を通して、子供が学級の仲間と感動体験や喜びを共有する場を設けていますか？
- ☐ 自分を否定して、孤立している子供はいませんか？

ほめ方

- ☐ 子供の行動を観察し、言葉にしてほめていますか？
- ☐ 口先だけでほめていませんか？

叱り方

- ☐ 時や場所を考え、なぜ叱るのか子供に説明していますか？
- ☐ その場の感情で叱っていませんか？

事業紹介

学校の危機状況に対する支援

児童・生徒等にかかわる事件・事故等が発生すると、児童・生徒、保護者、教職員は大きな衝撃を受けます。また、その事件・事故等の様々な情報が混乱が起きる場合もあります。

そのような学校の危機状況に対し、当センターは「緊急支援」を行い、教育委員会・学校経営支援センターや学校と協力して事態の解決に向けた取組を行っています。

目 的：個人のPTSD(外傷後ストレス障害)を予防すること、二次的な事件・事故の発生を防ぐこと、学校全体の機能を回復し、日常性を取り戻すこと

支援内容：学校の危機状況に応じた児童・生徒等の心のケアを中心とした支援。

対 応：学校や教育委員会・学校経営支援センターからの要請に基づく、所員又はアドバイザリースタッフ(専門家)の派遣。

詳細につきましては、当センターのホームページ <http://www.e-sodan.metro.tokyo.jp> を御覧ください。冊子「生命にかかわる事件・事故後の心のケア第2版 ―学校の危機対応と緊急支援の在り方―」を掲載しています。

本号は、『学校教育相談推進資料(改訂版) 子供の心が開くとき 子供と心が通うとき』(東京都教育相談センター 平成19年3月)を参考に作成しました。この資料は、当センターのホームページからダウンロードができます。
<http://www.e-sodan.metro.tokyo.jp>



広報

すこやかさん

東京都教育相談センター

<http://www.e-sodan.metro.tokyo.jp>

〒113-0033 東京都文京区本郷 1-3-3

TEL 03-5800-8545(代表) FAX 03-5800-8402



第22号

平成20年11月発行

子供たちの「今」をとらえる

■悩みを抱える子供たちの現状

当センターには、いじめ・不登校・自殺企図など年間約3万2千件の相談が寄せられ、その内容を見ると、今の子供たちは、人間関係や学力など、様々な悩みを抱えていることが分かります。

問題行動調査によると都内公立学校の平成19年度の「いじめ」は、その認知件数が小学校1,970件、中学校2,052件で、数の上では平成18年度を下回っています。しかし、24時間対応の「いじめ相談ホットライン」には、依然として、夜間、電話をかけてくる子供がいることから深刻な状況が続いていることが察せられます。また、同じく不登校児童・生徒数は、小学校1,880人、中学校7,192人で、このような背景から、来所相談では、主訴「不登校」が全相談の52%を占めています。さらに、自殺者数は、平成18年度の全国の公立小・中・高等学校で133名に至り、前年度比29%増でした。当センターでも、命にかかわる事件・事故に対して緊急に子供たちの心のケアに当たるなどの支援を行っていますが、深刻な事態ととらえています。

■子供たちを取り巻く様々な背景

子供一人一人の課題の源を探ると、家族や友人関係、地域社会、学校生活など、その背景は様々で、しかも種々の要因が複雑に絡んでいることが多く、容易に解決の糸口が見いだせません。

東京都教育相談センター 所長 伊藤 一博

折から、高度情報化、国際化、少子高齢化などが進展するなど社会の変化も激しく、生活体験の不足や人間関係の希薄化、規範意識の低下などが顕著になり、好ましい人間関係がなかなか築けず、社会性が身に付いていない状況が見られます。このような中で、心が不安定になったり、自信をもった行動ができなくなったりするような子供も見られるようになります。

■自尊感情や自己肯定感の向上を目指して

子供たちが自分のよさに気づき、他者と積極的にかわり、自分や相手の考えを相互に伝えたり理解したりするコミュニケーション能力の形成はとりわけ大切だと考えます。また、子供一人一人が自分に自信をもち、新しいことや困難なことに挑戦しようとする意欲を高めるために、子供の自尊感情や自己肯定感を高める教育の充実が必要と考えます。

これらをはぐくむには、子供の話をよく聴き、心に寄り添う教育相談の充実が欠かすことができないことであり、そのためにも学校の教育相談体制の構築が大切になると考えています。

本号では、自尊感情や自己肯定感をはぐくむ教育相談的なかわりについての基礎的事項を取り上げました。「学校教育相談推進資料(改訂版)」と併せて、校内研修等で御活用いただけると幸いです。

相談のご案内

受付電話番号 03-5800-8008

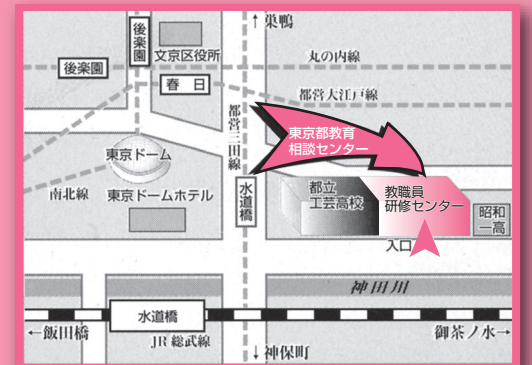
○電話相談／平日 午前9時から午後9時まで
土・日・祝 午前9時から午後5時まで(年末年始等を除く)

*上記以外及び休館日は、留守番電話及び電子メールによる対応をしています。メールは、ホームページから入れます。
<ホームページ> <http://www.e-sodan.metro.tokyo.jp>

○いじめ相談ホットライン／24時間対応 03(5800)8288

○来所相談／平日 午前9時から午後5時まで
*電話でお申し込みください。
*立川出張相談室(立川市錦町6-3-1)においても応じています。

○所在地／〒113-0033 東京都文京区本郷1-3-3



JR 総武線・都営地下鉄三田線水道橋駅下車 徒歩2分
東京都教職員研修センター内



自尊感情や自己肯定感をはぐくむために



マズロー(Maslow,A.H.)によれば

人間の欲求には段階があり、食欲や睡眠欲などの生理的欲求が満たされると、安全の欲求から集団に受け入れられたいなどの社会的欲求へ、さらに承認と自尊などの自己尊厳欲求に、そして最終的な目標である自己実現の欲求へと、下層の欲求を経て上層の欲求が現れます。

自尊感情・自己肯定感

「自尊感情」とは、自分の人格を尊重し、価値ある存在ととらえる感情のことです。
「自己肯定感」とは、自分の考えや行為を肯定的にとらえることです。
いずれも、子供が自分のよさに気づき、自信をもつことによって、新たなことや困難なことにも挑戦しようとする意欲を高めることにつながります。

よりよく生きる意欲

子供の「よりよく生きたい」という自己実現の欲求を引き出すためには、前段階として、自分に自信をもち、他人から認められ尊重されたいという欲求を満たす必要があります。

一人一人を輝かせる場面づくり

子供は、経験を積み重ねていくことで「自分自身のよさ」に気づき、安心して行動できる場を見付けていきます。

一人一人の子供の苦手な面を改善する取組だけでなく、興味をもっていることや得意な面を生かして、自分が何かできる存在であることを実感する場面を多くもつことが大切です。

授業の中で

子供のよさや個性を引き出せる授業計画を立てる

子供一人一人に対して

- 対応できる学習形態・場を工夫しましょう。
- 活躍する場面を思い浮かべて教材(題材)を工夫しましょう。

子供を観察しながら授業を進める

子供一人一人に対して

- 表情や仕草を確認してから授業を始めましょう。
- 学習状況を把握し、適切にかかわりながら授業を進めましょう。
- 発言・つぶやきをよく聴き、やり取りをしながら進めましょう。

子供が生きる評価をする

子供一人一人に対して

- 学習結果だけでなく、取組過程も評価しましょう。
- 評価の結果を返して、学習意欲を高めるようにしましょう。
- 個人内評価も大切にして、教師が声かけをしましょう。

教職員相談の受付

03-5800-8008

東京都教育相談センターでは、教職員やスクールカウンセラーの電話相談にも応じています。児童・生徒の理解や対応、学校教育相談の推進などお気軽に御利用ください。

愛情ある姿勢で
かかわって欲しい



教師が子供の問題となる行動に対して「行為は認めず、気持ちを受容する」指導をすることによって、子供は自ら適切な行動をしようとする気持ちにつながります。

心を込めて叱って
欲しい



教師が気持ちを込めて叱ることを心がけることによって、子供は教師の気遣いや思いを感じ取り、行動するようになります。

子供一人一人は貴重な存在

集団に目が向いていると、一人一人の子供の存在を見落としがちになります。まずは一人一人の存在を認めましょう。
集団は一人一人のかけがえない子供によって構成されていることを心に刻みましょう。

子供は集団に属しています

子供は自分が属する学級などで理解され、受け入れられたい気持ちをもっています。この気持ちが満たされたとき、さらに自分の能力を高めようという気持ちにつながります。

気持ちを理解して欲しい



教師が子供の気持ちを受け止めることによって、子供は教師の指導やアドバイスを素直に受け入れていきます。

小さな変化や行動を
ほめて欲しい



教師が適切なほめ方を身に付け実践することによって、子供はほめられようとする行動をするようになり、子供の自信とやる気につながります。