

# た か し



## ～子供も大人も幸せになるために～

主幹教諭 小室 純子

9月の道徳授業地区公開講座には、たくさんの保護者の皆様にご参加いただきありがとうございました。子供たち一人一人が自分と向き合う時間を過ごしている様子を見ていただけたのではないかと思います。

この数年間で、子供たちを取り巻く環境は大きく変化してきました。中でも、子供への「声かけ」や「叱り方」は、私が子供だった頃と比べて、ずいぶんソフトになったと感じます。その背景には、脳科学や心理学の進歩、そして個性を尊重するという時代の流れがあります。とはいえ、教育現場では「だめなことはだめ」と、しっかり伝えなければならない場面が多くあります。「叱らない＝何も言わない」ではありません。叱るときに子どもが「自分自身を否定された」と感じないように、できる限り配慮しています。それでも、叱った後に「もっと違う伝え方ができたのでは」と後悔することもあります。同じ思いをされている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。だからこそ、伝え方には常に工夫が必要だと感じています。こちらの思いがうまく伝わらず、ただ「叱られた」という記憶だけが残ってしまうことのないように。

さて、道徳授業地区公開講座の講演会では、東京家政大学の杉山雅宏先生から、前述した「声かけ」や「叱り方」に関する貴重なお話を伺うことができました。杉山先生によると、日本の子供たちは諸外国と比べて「自己肯定感」が低い傾向にあるそうです。「私は私でいい」「私は必要とされている」「私は自分のことが好き」といった感覚が育ちにくい背景の一つに、「悪いところばかりを指摘される」「良いことをしても、それが当たり前とされてしまう」といった文化の存在があるとのことでした。このような自己肯定感が低い状態が続くと、子供たちは「私なんて…」と不安を抱いたり、「自分の考えは間違っているのでは」と自信をもてなくなり、そのまま大人になると、自分を認められず、ちょっとしたことで自分を責めたり、新しいことに挑戦できなったり、すぐにあきらめてしまうといった影響が出てくるそうです。まさに、今よく耳にする若者の姿と重なります。この話を聞いて、改めて「声かけ」や「叱り方」がいかに重要かを実感しました。大人の大きな役割は、子供の自己肯定感を育てることだと思いました。

では、どうすれば自己肯定感を育てられるのでしょうか。それは、大人が子供を論破するのではなく、子供自身が「自分でやりたい」と思える心を育てるということでした。そして、「当たり前のことができたときにこそ褒める」ことが大切なのだと教えていただきました。「そんなの当たり前」と思わず、できたことをしっかり認めて褒めることが、自己肯定感を育てる秘訣です。もちろん、叱らなければならない場面もあります。そんなときは、「1回叱ったら10回褒める」ことを意識するとよいということでした。「そんなに褒められるかな」と思ってしまいますが、特別なことがなくても、日常の中に褒めるポイントはたくさんあります。とはいえ、子どもの行動にイライラしてしまい、当たり前のことを褒める余裕が持てない日もあります。だからこそ、子どもの話をよく聞き、自己肯定感を育てるためには、まず大人自身が元気で、心に余裕を持つことが大切です。大人に余裕がないと、物事はなかなか良い方向には進みません。子供たちの当たり前を褒めて自己肯定感を育みながら、大人も元気に過ごすために自分の時間を大切にしていきたいです。子供も大人も幸せになるために。

## 道徳授業地区公開を終えて

9月6日（土）の、道徳授業地区公開講座には多くの方にご参会いただき、ありがとうございました。講演会の事後アンケートのいくつかを紹介いたします。講師の杉山先生からもメッセージをいただきました。

- ・ 幼少期の親子関係が、その後の人生に与える影響について学んだことがあります。娘に将来おきあがりこぶしのようなメンタルをもってもらいたいのので、自尊心を高められるように「9褒めて1叱る」を実践していきたいと、先生のお話から学びました。また、つい疲れていると叱るというよりおこってしまうことがあるので、疲れないう、簡単にできる自分を癒す方法をもっと探していこうと思います。
- ・ とても分かりやすく、また生活に密接で具体的な内容で、すぐ試してみたいと思いました。特に、大人のほうが動くということからコミュニケーションが始まり、学ばせていただけるという姿勢が私には必要と感じました。タイミングが合わなかっただけ、波がある、という前提で接しているのとそうでないのとではだいぶ心の持ちようが違っていたと思います。まず、私自身が余裕をもって接することができるように心身共に健康でありたい、と思われました。貴重な機会をありがとうございました。
- ・ 本日は貴重なお話をありがとうございました。日々、子供たちと向き合う中で“イライラ”が私にとって最大の敵です。
- ・ 先生の『聴かせていただく』という言葉はとてもしっくり納得できました。①「聴かせていただくんだ」と一歩自分を俯瞰させ、子供と向き合う心の準備を自分の中で作る。②子供の気持ちや言葉を聴く。③自分の準備が整っているの、自然と「受け止める」ことができる。そしてこれらを実行するためには、自分を整えておく必要があるのですね。最近気づいたのですが、私がイライラしてしまう事が多い時は“空腹時”なのです。ですので、空腹に気づいたら直ぐに何かを食べるようにしました。こうやって自分要因から発生してしまうイライラを阻止していこうと思っています。本日、先生の講話を拝聴いたしまして、自分の頭の中の整理もできたような気がしました。健やかな親子関係を築いて行けるように、自分が取り組めることを積極的にしていきます。ありがとうございました。
- ・ 親の心構えとしてどういう態度で接したら良いのかわからなくなる時があったのでとても勉強になりました。沢山褒めるというのが、とても勉強になりました。迷った時にまた見返したいと思います。
- ・ 夫婦で参加させていただきました。子供の話を聞く、否定せず日常をほめるは現代の子供に必要なだと私も感じておりました。親が疲れていると子供に向き合えないというのも実感しています。親世代に愛着障害などの問題があるのかも知れませんが、自分が親を諦めないように、子供が子供と一緒に考える余裕をもてるようにしたいです。とても心が軽くなりました。

### <杉山雅宏先生より>

とても熱心に聴いてくださり、本当にありがとうございました。私自身が、皆様からカウンセリングを受けているような気持ちになりました。人の話を聴かせていただくことは本当に難しいことだと思います。しかし、本当に聴けたときには、相手の人生を変えるほどの効果があると信じて、私たちは命をつなぐ相談活動を地道に続けております。

お父様、お母様が、お子様の声を聴かせていただくこと。これこそがお子様の人生を変える原動力になると私は信じています。またお会いしましょうね。

| 令和7年度                                                                        |   |     |       | 10月の行事予定・下校時刻                       |           | 杉並区立高井戸第四小学校 |    |    |    |    |    |
|------------------------------------------------------------------------------|---|-----|-------|-------------------------------------|-----------|--------------|----|----|----|----|----|
| 下校時刻：5校時14：45頃　6校時15：35頃　水曜B時程4校時13：25頃　5校時14：10頃　金曜午後B時程5校時14：25頃　6校時15：25頃 |   |     |       |                                     |           |              |    |    |    |    |    |
| 日                                                                            | 曜 |     | 集会・朝会 | 学校行事<br>CS:学校運営協議会　SC：スクールカウンセラー来校日 | 遊ぼう会・校庭開放 | 下校時刻・授業時数    |    |    |    |    |    |
|                                                                              |   |     |       |                                     |           | 1年           | 2年 | 3年 | 4年 | 5年 | 6年 |
| 1                                                                            | 水 |     |       | 都民の日                                | 開13：00～   |              |    |    |    |    |    |
| 2                                                                            | 木 |     |       | 委員会活動（6校時）　防災ゲストティーチャー（4年）          |           | 5            | 5  | 5  | 5  | 6  | 6  |
| 3                                                                            | 金 | 午後B | 朝学    |                                     | 遊ぼう会      | 5            | 5  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| 4                                                                            | 土 |     |       |                                     | 開13：00～   |              |    |    |    |    |    |
| 5                                                                            | 日 |     |       |                                     | 開13：00～   |              |    |    |    |    |    |
| 6                                                                            | 月 |     |       | 運動会係活動①                             |           | 5            | 5  | 5  | 5  | 6  | 6  |
| 7                                                                            | 火 |     |       | 安全指導　図書館見学（1校時：2－1・2校時：2－2）         |           | 5            | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| 8                                                                            | 水 | B   |       | 午前授業　全校練習①                          |           | 4            | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  |
| 9                                                                            | 木 |     | 音朝    |                                     |           | 5            | 5  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| 10                                                                           | 金 | 午後B | 朝学    | 全校練習②                               |           | 5            | 5  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| 11                                                                           | 土 |     |       |                                     |           |              |    |    |    |    |    |
| 12                                                                           | 日 |     |       |                                     |           |              |    |    |    |    |    |
| 13                                                                           | 月 |     |       | スポーツの日                              |           |              |    |    |    |    |    |
| 14                                                                           | 火 |     |       | 運動会係活動②                             |           |              |    |    |    |    |    |

★学校運営協議会へのご連絡や問い合わせは、以下のメールをご利用ください。

学校運営協議会 E-Mail：takashics2020@gmail.com

## 10月の生活目標 「落ち着いて学習しよう」

厳しい残暑から始まった2学期も、朝夕は少しずつ涼しくなり、1年の中でも過ごしやすい季節となりました。読書の秋、スポーツの秋、芸術の秋と何をするにも落ち着いて取り組める時期です。

学校では、「話す人をしっかり見て、聞き上手になる」「学習の準備をしっかりする」「廊下の歩行に気を付ける」「時間を意識して行動する」など学校生活や学習の基本的な部分について振り返り、一つ一つをきちんと身に付け、習慣化できるように取り組んでいきます。

ご家庭でも『配布物の確認』『持ち物の準備』『毎日鉛筆を削る』といった学習の準備を整えて登校できるように、ご協力をよろしくお願いします。