

スクールカウンセラーからのお便り

かつてないほどの猛暑が続いた今夏でしたが、やっと秋めいてきたように思います。

2学期が始まって1ヵ月余り。学校での子どもたちは、本当によくがんばられています。一方、大人の方はどうでしょうか。「自分は良い親（パパ・ママ）だと思われたい」などが脳裏をよぎって、結果的に叱らなくていいときに叱ったり、もっと叱らなければいけないときに叱れなかったりしていませんか？ 人の目が気になることはある程度当たり前ですが、時には、「子どものために怖い顔をして真剣に叱る。」ということも大事なことです。

根拠のない「ほめことば」は要注意

- ・「自己肯定感」を育ませるためだと信じ、安易に「ほめる」ことだけに終始すると、子どもは、チャレンジ精神を失う可能性があります。
- ・「ほめる」は、些細なことでもいいので、子どもが「できた！」という素直な喜びの表情やことばを発したときに、「できたね」「頑張ったね」と自然な柔らかい表情で伝え、親子で、一緒に喜びを分かち合うことが大切です。
- ・子どもは、親からの自然にあふれる喜びの反応を感じたとき、「自分は親から肯定的に受け止められている」「愛されている」と実感できるのです。
- ・子ども自身の気持ちが「喜び」で満たされているときに、親も一緒に「よかったね」と子どもの気持ちに寄り添うことが、子どもの「自己肯定感」を育てる重要な栄養素になります。
- ・一方、やみくもに、明らかな理由もないまま、ひたすら「ほめる」ことをし続けると、実力が伴わないまま「自分はすごい人だ！」「偉いんだ」という気持ちだけが育つ可能性が強いです。
- ・「自分は、常に1番でないとだめだ」「親が悲しんだり、がっかりするような自分であってはいけない」と考えるようになる危険性もあります。
- ・嫌なことや不慣れなこと、難しいことに挑戦することを避けようとする傾向もでやすいです。

**今、大人世代が意識することは？**

世界は大きく変化しています。身近な学校に目を向けると、学校不適應の子どもたちが増えています。私たちに問われていることは「今の子どもたちは、社会の価値観に敏感であるため、臆病になったり、劣等意識を感じやすいのではないか。そのことも、学校不適應の一因ではないか」と、広い視野と見識を持って、想像する能力です。

「根拠あるほめ方」が推奨されている

- ・現在、教育も、子どもの自主性や自発性を重視する方向に変化してきています。
- ・子どもたちには、今後益々「自分で良し悪しの判断」をして、「自分の力で進んでいく能力」が求められます。
- ・一般的に、児童期の子どもは「社会規範を理解し、それに沿って行動しよう」という気持ちがあります。勤勉性や意欲が増す時期でもあるため、「勉強ができる」ことが良いことだと認識すれば、素直にがんばろうとします。一方で、まわりと自分を比べて劣等感をもつ子が出てきてしまう時期と重なるので、根拠を示してほめることが重要になってきます。

**【親御さんに望むこと】**

- ★子ども一人ひとりの興味・関心やペースを個性として、いったん受け止める。
- ★子どもなりのがんばりを認める。
- ★少しでも成長が見られて、子どもが喜んでいるときは、具体的にほめる場所の根拠（「ここがいいね」「その考え方素敵だね」など）を伴って、しっかりほめ、一緒に喜んであげましょう。

わが子の（将来の）ためを思うときは、真剣に、きげんと、冷静に、落ち着いて叱りましょう。ご心配なときは、学校を通してお声をかけてください。 [文：S. C. 五百蔵 佳世子]