



## 自己肯定感を育成するには

校長 友生 雅夫

6月になり、新型コロナウイルス感染症の患者が2けたの日が続いています。九州では、1けたになっている県も多く、難しさを感じます。ただ、5月は、宿泊学習、6月は、修学旅行ができました。多くの方々の支えがあり実施できたことに感謝します。一学期も2か月が経過しました。梅雨のため、登下校は少し気を遣いますが、学習には最適な時期です。また、子供たちも今の学年や担任にも慣れ、落ち着いて生活できる時期となってきました。

さて、先日、本校では「学校楽しいーと」を実施しました。「学校楽しいーと」は、子供たちが学校生活にどの程度適応できているかを把握する質問紙（アンケート）です。毎年実施していますが、「友達との関係」、「教師との関係」、「学習意欲」、「自己肯定感」、「心身の状態」、「学級集団における適応感」の6つの学校適応感といじめに関する内容が把握できます。その中で「自己肯定感」に着目しました。そこには、「自分には、自分なりのよいところがあると思う」や「他から好かれている方だと思う」などの4つの質問があります。全児童の質問を確認しましたが、4問中3問以上低い評価になっている児童が約36%いました。「自分にはよいところがない」、「自分は認められているか心配」と感じているようです。わたしたちには何が必要でしょうか。

三つ考えられます。一つは、子供たちの行動を観察することです。子供たちは、担任と接する時間が長いですが、理科、外国語、委員会、クラブなど他の職員がかかわる場面もあります。全職員で子供たちを観察し、常に情報交換を行う必要があると思います。

二つ目は、頑張りを認める（ほめる）ことです。担任、他職員、子供がそれぞれ気づくことがあると思います。子供は、「自分のよさ」に気づかないことも多いです。気づいた時に「頑張ったね」とか「すごいね」と言葉で返すことで自己肯定感は高まると思います。

三つ目は、保護者の言葉かけです。子供が一番認めて欲しいのは、保護者です。「惜しかったね」、「よくやった」など自分の思いを子供に返すことで、やる気が、自信が生まれてきます。面と向かって褒められないかもしれませんが、子供たちは褒められるのを待っているかもしれません。

朝、総務委員会の子供が旗上げをしてくれます。放送委員会の子供は、休み時間に教室の換気の放送をしてくれます。朝や朝会するとき、外で落ち葉を集める子供たちもいます。今日は、少年団の募集案内が落ちているのに気付き、セロテープで貼ってくれた子供もいました。本当にありがたいです。わたしの家の近くには本校の子供たちも住んでいます。よく兄弟の面倒を見る子供もいます。感心だなと思います。決してタイミングを逃さず、子供たちを認め、自信をつけたいです。

最後に自己肯定感が低い人がやってしまう4つの言動とその対処法を紹介します。

- 1 「～したい」「～できればいいな」→「できればやりたい」などは、目標や取り組みへの決意表明のようで、自信をもって目標に向かうには「できる」と言い切ることがいいようです。
- 2 「他人を気にしてしまう」と自分を卑下する→失敗が続くと自分の欠点を意識し、自信を失います。「だから、落ち着いて周りが見える」などプラスにとらえることが自信につながります。
- 3 「どうせ」「でも」「だって」→その言葉に、ため息をつく、眉間にシワを寄せるなどの動作や表情が加わると、脳は否定的な反応を示します。マイナスの動作を打ち消せばいいようです。
- 4 「よし、緊張をところ」→自信がない人は、大事な場面で緊張し、あがるようです。緊張状態では、無意識に息を吸っており、ゆっくり長く息をはくことでリラックスできるようです。

自己肯定感を育成することは難しいですが、いろいろチャレンジしてみようと思います。

## 愛校作業ありがとうございました

5月23日の愛校作業への協力ありがとうございました。梅雨を前に、多くの保護者の皆様の力で学校が、きれいになりました。整然とした環境の中で心豊かに生きる子どもたちを育成するために教育活動を進めて参ります。



## 梅雨時期・プール開きを前に

プール開きを前にAED講習会を開きました。もしもの時に備えて心肺蘇生法についても実技をとおして研修を深めました。本年度も水難事故〇へ取組を進めていきます。



また、全職員が常に危機意識をもって、日々安全管理や安全指導に努めていきます。

## 無事に行ってきました宿泊学習・修学旅行 多くの発見や感謝がありました

5月19日から5年生が大隅少年自然の家へ、6月2日から6年生が知覧や鹿児島市へ、それぞれ1泊2日で宿泊学習と修学旅行に行ってきました。新型コロナウイルスへの感染が懸念されるころでしたが、小学校での大きな思い出となる宿泊学習と修学旅行の実施に向けて、担任を中心に、旅行者、宿泊施設、訪問先等の関係機関と連携をとって新しい生活様式にそった宿泊学習、修学旅行として実施することができました。子供たちは行く先々で様々なことを学びました。6年生は、知覧での平和についての講話、鹿児島市内での自主研修、また、宿泊施設では新型コロナウイルス流行下でのエチケットやマナーについて学習しました。5年生は、レクリエーションや野外炊飯活動で協力することの大切さを学んでいました。そして、どちらの学年もこの大変な時期に温かく出迎えてくださる方々に感謝しました。例年とは、行き先や活動など違うものになりましたが、多くのことを学ぶことができた宿泊学習と修学旅行になりました。関係した多くの皆様のご協力に感謝いたします。



### これからの行事予定

- 6月25日(金) 歯科保健指導
- 29日(火) 第2回PTA理事会
- 7月 6日(火) 水泳発表会 学級PTA 学校保健委員会
- 9日(金) 着衣水泳
- 10日(土) 土曜授業
- 11日(日) キラリ輝く「しぶしっ子」育成講演会
- 13日(火) 第2回学校運営協議会
- 20日(火) 終業式 愛のパトロール
- 26日(月) 教育相談(29日まで)

※ 変更(中止や延期も含めて)の際は、安全メールや学校ホームページでお知らせします。

