

豊かな心を育てるために

自尊心を育む

わたしたちは、世界にひとりしかいない自分自身を、かけがえのない存在であると自覚することが大切です。この自分自身をかけがえのない存在として認め、欠点も含めて自分自身を大切にする気持ちを**自尊心**といいます。

失敗もするけれど、完全ではないけれど、精一杯生きている自分を受け入れることができたとき、他の人の不完全さや、失敗も受け入れることができます。

そのため、自尊心はすべての人の人権を尊重する基本となる意識であると言えます。自尊心は、子どものころから育まれると言われていません。特に、自分の身近な人が自分を認めてくれる、自分の気持ちをわかってくれるという感覚は、自尊心の基礎となるものです。例えば、幼い子どもがどんなに泣き叫んでも、そのことを丸ごと受け入れる大人の態度、「無条件の受容」が自尊心を育てていく上では欠かせません。受容されることにより得られる安心感が、その後の自立や成長に向けての重要な土台になっていくからです。



「笑顔」 大分市人権フォトコンテストの入選作品



「ひいばあちゃんとあっぷつぶ」 大分市人権フォトコンテストの入選作品

話を聴くことで…

子どもの話をゆっくりと聴いてあげたい。でも毎日が忙しく、あわただしく時間が過ぎていく中でその難しさも感じて実践できずにいる、これが多くの人の本音かもしれません。

しかし、「聴く」際に最も大切なことは、**心と体を傾けて最後まで聴くこと**だと言われています。話を途中で遮ったり、アドバイスをしたりするのではなくて最後まできちんと聴くことで、子どもの感情を理解することができるからです。そしてそれは、子どもに「自分の存在の肯定」を感じさせ、安心感を与えることにつながっていきます。さらに、安心感は、子どもに「自分は大切にされている」という気持ちを生み、自尊心を育むと言われています。

「落ち着いて話をしたり、聴いたりする」、「言われなくても進んで勉強する」、「友だちに優しくする」といった姿を大人は望み、つい子どもにそれを求めてしまいがちです。大人のゆっくりと話を最後まで聴く姿が、実はそのような子どもの姿につながっていくということなのです。

