



学校だより よつわ

教育目標「進んで学び 生き生きと活動する子ども」

柏崎市立田尻小学校 No. 6 (R7. 10. 28)

田尻小ホームページ : <https://www.kenet.ed.jp/tajiri/tayori/>



自分を好きになろう

～日本の子どもたちは、自己肯定感が低い傾向に～

校長 ○○ ○○

こども家庭庁が日本を含めた5か国の満13～29歳の男女に意識調査をしました。その結果、「今の自分が好きだ」という問いに対して、「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と回答した人の割合が、日本では53.4%でした。他のアメリカ、ドイツ、フランス、スウェーデンは70%以上となり、低い傾向であることが分かります。毎年実施している全国学力学習状況調査（6年生対象）における質問の中にも、自己肯定感を調査する質問があります。

「自分には、よいところがあると思いますか」という問いに、現在の田尻小学校6年生は、肯定的評価90.9%と全国平均86.9%と比較しても評価の高い結果が出ました。嬉しい結果であることは言うまでもありません。

その6年生たちも、来年から中学生となります。思春期に入りつつあるのです。成長に伴うホルモン分泌が不安定となり、ちょっとしたことでイライラしたり、落ち込んでしまったり、情緒的に不安定な時期となります。アイデンティティ（自分自身）を確立していく時期であり、自分自身と向き合うことの難しさに加えて、自分が周りからどう見られているかも気になってきます。そうした不安定な時期を経験しながら、自分をつくっていくことが大切だと言われています。大人の私たちも、振り返るとそうだったことを思い起こします。

自分が嫌いであると思う一因に、周りと比較することがあげられます。例えば、ダンスクラブで発表会に向けて練習している時、一生懸命やっているのに自分だけうまくできず、友達から「もっと練習してきて」と言われたら、どう思うでしょうか。周りと比べて、「自分はダメだ」「認めてもらえない」と感じてしまいます。自分自身にイライラしたり、自信を失ったりすることもあるでしょう。

自分に自信を持てる、自分を好きになるにはどうしたらよいでしょうか。まず、自分の強みを知ることだと言われています。他の子との比較ではなく、自分自身が好きなこと、得意なこと、興味のあることに取り組むことです。そのことに一生懸命取り組んでいると、情緒は安定してくるものです。

「自分はダメ」と悩む子どもに親としてできることは、子どもの気持ちや希望を後回しにして親の意向でコントロールしようとしません。最も大切なことは、家庭を子どもにとっての「安全地帯」にすることです。普段と違うと思ったら声をかけて、子どもの気持ちに寄り添うことが大切になります。何も話してくれないときは、担任に連絡ください。学校の様子をお伝えし、家庭と学校が連携してお子様に寄り添いたいと思います。