

# 自己肯定感調査に関する説明と結果の見方

- ※ 子どもの自己肯定感は、子ども自身が「身近で重要な大人（親や教師）から、認められている」という感覚を持つことによって高まる。
- ※ 「親と子ども」とのコミュニケーションがうまくとれていないと、「学担や関係教師と子ども」とのコミュニケーションもとれにくく、子どもの自己肯定感が育まれにくい。

## <家庭> 最も重要な項目

- 5「家族から、大切にされていると思いますか」
- 6「家族に、自分の気持ちや願いを言えますか」

## <学校> 重要な項目

- 3「先生から、大切にされていると思いますか」
- 4「先生に、自分の気持ちや願いを言えますか」

◎ 1～6の項目に否定のチェック（△▲）が複数ある子どもは、自分の存在や能力に自信を持ちにくいと、以下のような傾向を示しやすく、個別に支援する必要がある。

- ▲ 脳がストレスを感じやすく、生活を楽しめない。
- ▲ 免疫力が低下し、病気にかかりやすくなる。
- ▲ 対人関係に悪影響が出やすい。      ▲ 学業成績が上がりにくい。
- ▲ 問題行動を起こしやすい。      ▲ 劣等感を抱きやすい。

\*この調査は、子どもと教師、子どもと親とのコミュニケーションがうまくとれているかどうかを知る手がかりとなる。うまくとれていない場合は、関係改善のため、コミュニケーションの工夫が必要である。

\*あくまでも子ども自身が「自分や周りの人たちをどのようにとらえているか」を知ることが目的とした調査であるので、結果は「その子が、そのように感じている」、そして、その感覚が「その子の行動に影響を与えている」と解釈すること。そうした認知のゆがみを理解した上で支援する。保護者との連携、教師間の共通理解により、家庭や学校で自己肯定感を高める言葉かけをしていく必要がある。

◎大人に対して悪いイメージを持っている子どもには、指導の工夫が必要である。教師として、子どもを大切にだけでなく、子どもが大切にされていると感じられる支援をすることが、子どもの自己肯定感や情緒の安定につながる。

また、自己イメージが悪いと、「物事の見方」が非現実的で、否定的・悲観的になりやすい傾向があるので、設問を多面的・肯定的にとらえて理解すること。

<例> (子どもの認知・解釈のゆがみの可能性)      (子どもの願い)

- ▲ 仲の良い友達がない      →      友達がほしい
- ▲ 先生からあまり大切にされていない      →      先生にもっと気にかけてほしい
- ▲ 親からあまり大切にされていない      →      親にもっと気にかけてほしい

## <調査では否定的な回答は少なかったが、問題行動が多い生徒に対する理解は？>

- ・ 調査結果よりも、普段の行動観察を優先させること。
  - ・ 自分自身の行動を、客観的に正しく評価できていないのかもしれない。
  - ・ 意識的に自分の行動に目を向けないようにしているのかもしれない。
  - ・ 教師に対する不信感から、正直な気持ちを答えられなかったのかもしれない。
  - ・ 自分の正直な気持ちを隠し、ガードし、誰かが介入してくることに對して自己防衛しているのかもしれない。
- \* 上記のような場合を想定し、支援の必要な生徒としての対応が必要である。

## <普段よく頑張っているし、親や先生との関係も悪くなさそうなのに、調査では否定的な回答が多かった生徒に対する理解は？>

- ・ 親や教師の期待に応えようと、頑張りすぎているところはないだろうか。真面目で、一生懸命な気持ちが強くなりすぎて、心の中は「頑張っていない自分はダメ」「常に親や先生から評価されていないと不安」といった、いっぱい、いっぱいの状態だと考えられる。一見何の問題もないように見える生徒だが、本音の部分では、やはり自分に自信がなく、自分のことを否定的にとらえている場合が多い。
- \* こうした生徒は、想定外の難しい問題にぶつかったとき、傷つきやすく、挫折してしまいがちなので、やはり支援が必要である。

# 否定的なチェック項目が多かった (自己肯定感が低い) 生徒に対する支援

## キーワードは「愛」と「所属感」

※愛がないのではない。ただ伝わっていないだけだ。しかし、伝わらなければ、愛がないのと同じである。

※どんな子どもでも、自分はグループの一員であるという、認められているという自信さえあれば、自分から反社会的な行動をとることはない。

※所属感が築かれると「認められている」という感覚を手に入れることができ、人は問題を起こす必要がない。

## <具体的な支援方法例>

- ◎ 生徒との信頼関係を築き、自己肯定感を高めるような声かけを、積極的に行う。
  - ・ 「〇〇先生は、厳しいことも言われるけど、本当はあなたのことを大切に思っているんだよ」と、先生の言葉の真意に気づかせる。
  - ・ 「～について、〇〇先生があなたのことをほめていたよ」と、さりげなく本人に伝える。
  - ・ 全教職員が、積極的に生徒の良い面を見つけ、その情報を共有できるような機会を多くもち生徒に伝える。(柿谷正期・井上千代共著『選択理論を学校に』の中の「選択理論をベースにした、教職員によるチーム支援」参照)。
- ◎ 保護者に対し、生徒の肯定的な言動(事実)を積極的に情報提供し、保護者との信頼関係を築く。生徒の長所を伸ばすような支援を、保護者と協力しながら行う。
  - ・ 生徒の良い行いを、電話や手紙などで保護者へ積極的に伝えていく。