



## 【親のための読書】 自己有用感が子どもの自信と社会性を育む①

お母さん方の中には、「自己有用感」という言葉は聞いたことはあるけれど、よく分からないという方は多いのではないのでしょうか。自己有用感とは、子どもの成長の鍵を握る重要な感情の一つです。そのため、周囲の大人は子どもの自己有用感を引き出しながら、上手に育てていく必要があります。

### 《 自己有用感とは？ 》

自己有用感とは、集団で自分が役立つ人間だと感じ取る感情のことで、「感謝してもらえた」「喜んでもらった」というように、何らかの関わりがある他人から評価されることによって得られる、他者の存在なしでは得られない感情です。具体的には次のような感情が自己有用感につながります。

#### 自己有用感ってどんな感情？

- 誰かの役に立っていると感じる
- 誰かに必要とされていると感じる
- 誰かが自分に興味を持っていると感じる
- 自分に何らかの役割があると感じる
- 自分がいないとさびしいと感じる人がいる
- 自分がいないと困る人がいる
- 自分の存在を認めてくれる人がいる



自己有用感を獲得することは、「自分でもできる」という子どもの自信や集団の一員としての社会性が身につくだけでなく、自分は価値のある人間だということを理解する「自尊感情」を高めることにもつながります。

### 《 自己有用感が身につく時期 》

主に小学校の中学年くらいを目安に取り組みを行うことで、自己有用感は効果的に身につけることができます。特に、一人っ子のお子さんや年齢が近い子どもと遊ぶことが多いおさんは、この時期に「異年齢交流」を行うことによって自己有用感が高まります。小学校の3～4年生になると、低学年のお世話をしたり、お手本を見せたりすることで、年長者としての自覚が芽生える時期です。一方で、自分よりも年齢が上の高学年に対しては、お世話をしてもらったり、一緒に遊んでもらったりすることで、「あこがれ」のような感情を持つようになります。それにより、年下の子どもに対しては、「お世話をして喜ばれた」「役に立てて良かった」と思えるようになります。また、年上の子どもに対しては、「遊んでもらってうれしかった」「自分もあんなりたい」と思うようになることで、徐々に人の役に立つということを意識するようになります。



♥ Happy Birthday 11/22・北村 煌 君 11/22・松向 礼央君 11/22・志賀 大和君  
11/23・牛尾穂乃香さん 11/23・野村 史佳さん