



【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④

《自己有用感を高める5つの方法》

自己有用感を高めるためには、日頃からの親子の関わりがとても重要になります。子どもとの関わりの中で、次のようなことを意識して向き合うことで、子どもの自己有用感を高めましょう。



① しっかりと愛情を示す

「ママは〇〇ちゃんのこと大切」「〇〇ちゃんがいるからママは幸せ」というように、子どもに対して愛情を示すことによって、子どもは自分の存在が認められていると感じることが出来ます。誰かのために何かをしてあげることだけが、自己有用感を高める方法ではありません。「自分がいることが誰かのためになっている」ということを感じさせることも重要です。

② 異なる年齢の人とのかかわりを増やす

異年齢交流は自己有用感の獲得や自分の存在価値の認識に効果的なことから、学習指導要領でも積極的に異年齢集団との交流が進められています。年少の子ども、少し年上のお兄さんやお姉さん、様々な年齢の人との交流の中での「人に何かをしてあげる」「人から何かしてもらう」「一緒に何かをする」などの体験を通して、他者への感謝や人と関わる喜びを感じることが出来ます。

③ 親子でボランティア活動に参加する

自分が人の役に立つ存在だということを子どもに実感させる方法として、ボランティア活動への参加があります。さらに親子で参加することによって、達成感を共有することにつながります。ボランティアには、ゴミ拾いや花壇の整備のような地域ボランティアのほか、社会福祉施設・高齢者支援ボランティアなど様々です。気軽に休日などを利用して参加してみたいかでしょう。

④ お手伝いなど家庭内で役割を与える

お手伝いによって自分に役目が与えられることによって、自分は家族の一員であることや、自分が家族から頼られていると感じることが出来ます。手伝いをさせる際は、決して命令口調にならないように注意しましょう。やらされていると感じてやるとあまり効果がありません。難しい家事は一緒にやるなどして、お手伝いをする楽しさや大切さについて教えていくことが大切です。

⑤ 子どもが頑張ったことをきちんと褒める

大人は結果ばかりに目がいきがちですが、子どもが何かをやり遂げた際は結果だけでなく、子どもが頑張ったことについて褒めることも必要です。たとえ、うまくいかなかった場合でも、頑張ったことが認められると「次も頑張ろう」と思うことが出来ます。また、努力したポイントが褒められることが子どもの自信となって、さらにワンランク上を目指すようになるでしょう。

♥ Happy Birthday 12/14・大庭 康義君 12/14・小川 華埜さん 12/15・松本ひなたさん
12/15・渡辺位千代先生