

自己肯定感とは、「自分は、生きる価値がある。誰かに必要とされている」と、自らの価値や存在感を肯定できる感情のことをいいます。自分の良いところも悪いところも含めて、自分のすべてを肯定できる、前向きな感情とも言えます。

自己肯定感の高い子は、自分に自信があり、何事にも挑戦していく強い心「折れない心」を持っています。

自己肯定感があると心に余裕が生まれ、人に優しく親切に接することができるので、多くの人が周りに集まり、支えられて生きていくことが多い傾向にあるそうです。

自己肯定感とは、0~6歳の未就学児の間に土台が形成されます。

意識したいポイントは、子どもに「愛されているんだ!」という実感を持たせることと、「やればできるんだ!」という自信を持たせることです。

1. どんな時も「あなたの味方」と伝える。

自己肯定感の形成に悪影響を与える一つは、「感情で子どもへの評価を変えてしまう」ことです。ときに叱ることは大切ですが、「どんな時もあなたの味方だよ」と言ってくれる存在が、子どもにとって愛情となり、心の支えになり、自己肯定感に繋がります。

2. 小さな成功体験の積み重ねが大切です。

苦手な食べ物を食べた、ちゃんとトイレでおしっこができた・・・子どもにとって大変なことはたくさんあります。それを乗り越え、継続することは、子どもの立派な成功体験です。その積み重ねが自己肯定感を育みます。成功したときは、しっかりと認めてあげましょう。

3. 頑張りを認めてあげる。

2の内容につながりますが、たとえ成功しなくても、一生懸命にした過程をしっかりと認めてあげることが大切です。自分の頑張りを認めていることに安心し、失敗も乗り越え次の挑戦に向かう勇気や自信を持つことができるようになります。

4. 子どもの話を真剣に聞いてあげる。

子どもが何かを話しているときは、途中で口をはさんだり、テレビやスマホを見たりせず、最後まで話を聞いてあげましょう。真剣に話を聞くことで自分が認められている存在だと感じられ、自己肯定感に芽生えます。

5. 感謝の言葉をつたえることば「ありがとう」

「ありがとう」は相手の存在価値を認める魔法の言葉です。

「ありがとう」のことばは、人から必要とされていると感じられ、自然と自分に存在意識を持てるようになります。

新春運動フェスティバルや餅つきにたくさんの方にご参加いただきありがとうございました。子どもたちが活動している一つ一つを保護者のみなさんに受け止めていただき、認められた子どもたちは、たくさん笑顔を見せてくれました。保育室 すまいるの子どもたちは、こうやって保護者の皆さんに見守られ、育っていくのだと改めて感じました。

これからも、保育室すまいるに通ってくる子どもたちをみんなで育てていきましょう。よろしくお願いいたします。



2月3日(月)は、節分です。子どもたちが作った鬼を持ち帰ります。また、保育室でした豆まきの豆も持ち帰ります。保育室では、子どもたちに豆は食べさせていません。ご活用ください。



自己肯定感・自己有能観が

次の学びを支えます。



基本保育時間は、
7:00~19:00 です。

7:00~7:30、
18:30~19:00
の利用の場合は、
お知らせください。

