自己肯定感の高い子を育てるには

自己肯定感の高い子は、親や大人からたくさん認める言葉をもらっている子です。では、どのようなことなのか、実際の場面で検証していきましょう。

店のレジのところで、子どもが「このぬいぐるみ、かわいい！」と言いながら、お母さんへ売っているぬいぐるみを見せました。その姿を見てお母さんは、「あなたも同じようなぬいぐるみを持っていたでしょう。」「いくつぬいぐるみを買ったらいいの。」「遊んだ後片付けないから、お母さんが片付けることになるでしょ。」「どうせすぐ飽きてしまから。」「今日は買わないから。」「すぐに置いてきなさい。」と、続けざまにたくさんの言葉を浴びせました。子どもが一言いうと、お母さんから何倍の言葉にもなって返される、よく見る光景です。

もし、このようなことが繰り返されると、子どもは意見を言わなくなったり、どうせ言っても無駄だからと、最初からあきらめてしまう子になってしまうかもしれません。

この場合、子どもは本当に買ってほしいと思って、「このぬいぐるみ、かわいい！」と言ったのでしょうか。見せただけかもしれません。まず、「本当、かわいいぬいぐるみだね。」と、かわいいと思ったことに共感してあげましょう。その上で、その後に話してきた言葉によって、返事の仕方を変えればよいと思います。「でも、この前買ってもらったばかりだから、今日は我慢する。」と言えば、「よく我慢したね。」と返し、「かわいいでしょう。だから買って。」と言えば、「この前プーさんのぬいぐるみを買ったばかりでしょう。今日は我慢できないかな。」と返すのもよいでしょう。

その子の表現したことをまず認めること、その繰り返しが、自己肯定感の高い子を育てることにつながります。

また、小さい頃の会話で大切にしたいことは、感情の表現をしたときには、それに共感してあげることです。事実のことを話しているときは、「ふーん。」と受け流す程度でも良いです。授業の時に、思ったこと何でもいいから書いてと言った時に、鉛筆がピタッと止まって、何を書いたらいいのか分からないという子が少なくありません。小さい時から、感情の表現を大切にして、会話できると、きっと豊かな心をもった人に育ってくれるのではないでしょうか。

参考：テレビ寺子屋　山﨑洋実