

# みんなで考えよう

～NO.3「自己肯定感ってなんだろう②」～

## 子どもの『自己肯定感が低い』日本

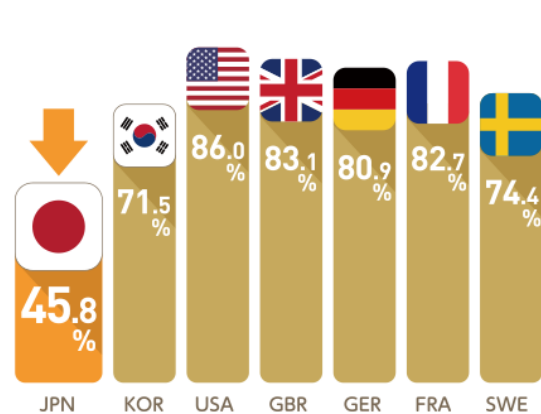
「思いやりのある子に育ててほしい。」「物事を前向きに乗り越えられるようになってほしい。」「自分に自信を持って、他人と比較することなく、幸せな毎日を送ってほしい。」、そんな思いを抱く親御さんは多いと思います。

しかし「日本は諸先進国に比べて自己肯定感が低い」という調査結果が内閣府から

発表され、国としてもその対応策を講じることが急務とされています。

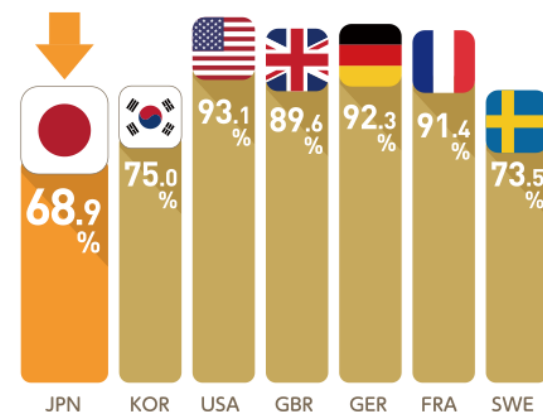
### 自分自身に満足している

内閣府ホームページより



### 自分には長所がある

内閣府ホームページより



## 自己肯定感が低い子どもと高い子どもの違い

自己肯定感が高い子どもは、自分のことを大切に思い、周囲からも大事にされていると

感じているため、失敗よりも成功を強く意識して前向きにチャレンジしたり、壁にぶつか

っても立ち向かっていくことができます。また、人と積極的に関わり、他者や環境を

受け入れ、良好な人間関係を築いていける傾向にあるのです。

一方、自己肯定感が低い子どもは、成功よりも失敗した体験を強く意識し、自分を

否定的に捉える傾向にあると言われています。自らの感情がコントロールできず情緒

不安定で、自分や他人を信頼することができないため、協調性がなく、あきらめやすい

ことが特徴として挙げられます。

子どもの自信を育み、豊かな人生を送るための基盤となる自己肯定感。では、子どもの

自己肯定感を高めるためには、どうすればよいのでしょうか。子どもの自己肯定感を高める

ために重要な鍵となるのは「ほめる」ことです。ほめられることで、子どもの心はオープン

になり、素直な気持ちになります。また、認めてくれた相手に対する信頼が高まり、他人

に対しても優しくなれます。そして、前向きに自分の力を出して、誰かの役に立ちたい、も

っと頑張りたい、と思うようになります。きっとそれは大人も同じですね。

次回は、「ほめる」方法について考えていきたいと思います。

2020.07.31