

自尊感情を大切にし、 自己肯定感を高めるための声かけ支援集

はじめに

～言葉には心があり力がある～

言葉には、人の心を変化させる力があります。言葉をかける内容・方法によっては、人を励まし自信にすることもできます。

誰でももっている内在的な良さを呼び起こす言葉をかけると、人に自尊感情や自己肯定感・有用感、責任感が育まれていきます。

そうはいても、子どもの様子を見ていると、何回声をかけても同じことを繰り返し、周りに迷惑をかけてしまう、自分勝手な言動を取ってしまう、できるようになったことができなくなってしまう・・・そういった場面では、つつい強く注意してしまふことがあります。

もちろん、そのときの状況や子ども一人一人の特性によっては、強く注意することが効果的な場合や、安全に関することでは強く言っても止めさせる場合もあります。

しかし、子どもたちの自尊感情を大切にし、自己肯定感を高めるための声かけ支援とはどのようなものなのか、その基礎基本は頭と心に留めて、常に意識し、実際の場面で実践できることが大切です。

そこで、放課後等サービス「LIFE立川」の水野順一先生のご講演を参考にさせていただいて、以下のように、大人が子どもに接し、声かけ支援する際に、大切なことをまとめました。

I 基礎・基本編

子どもたちに声かけ支援する場面は様々であり、「どういう場面でどう声かけすればよいだろう」と迷うかもしれませんが、その基礎基本は共通しています。

1 声かけ支援には「礼儀」と「尊敬」の気持ちを忘れずに

◆礼儀とは

自分もそうしてほしいと思うように、他人に接すること

◆尊敬とは

人を気遣い、存在に敬意を払うこと

2 声かけ支援する上での心得

- ・子どもたちに対して、様々な場面で、褒めたり、励ましたり、指導したり、叱ったりします。
- ・その際、常に心に留めて置くことを整理しました。

○適度であること

○具体的であること

○一貫性をもつこと

○受け止めること

○肯定形を使い、否定形を無くしポジティブであること

○期待していることを明確に知らせること

○最低限守らなければならない規則は絶対に譲らないこと

3 起こしたこと、やってしまった言動に対しての声かけ支援で大切にすること

- ・子どもたちは成長していく過程で、自分の思いや友達等との関係性の中で、様々なことを起こしたり、やってしまったりすることがあります。
- ・そういった場合に、自分自身を素直に振り返られるような状況にしてあげることが重要です。
- ・「繰り返して」や「故意」に行う言動である、生命に関わる言動である等、その内容や程度、状況によっては当てはまらない場合もありますが、子どもが起こした、やってしまった言動に対して、まず大人が声掛け・支援していく際に、意識して大切にすることについてまとめました。

【1】「何をしたかったのか」を聞く。

- ・子どもの気持ち・意図を聞くことで、その子どもに共感することができるようになる。
- ・そうすることで、その子どもの気持ちが和らぎ、反抗的になりづらくなる。

①子どもの気持ち・意図を確かめる。

「何がしたかったの？」 「何をしたかったの？」

【2】 その子どもの言動を肯定する言葉を伝える。

- ・場にそぐわない行動であったとしても、注意の言葉でなく、最初に肯定する言葉かけをする。子どもの行動を肯定し、こちらが共感していることを伝える。
- ・そうすることで、子どもは認めてくれたという思いになり、気持ちが和らぐ。

①最初にその子どもの気持ちを代弁し、言動を肯定する言葉を伝える。

「きれいにしようと思ったんだよね、ありがとう。」
「お手伝いしようと思ったんだよね、ありがとう。」
「〇〇くんに、～してあげようと思ったんだよね。」

②過程を認める言葉をかける。

「いつも〇〇を心掛けているね。」
「〇〇するように気を付けているね。」
「〇〇ところが良くなっているね。」

③起こった現象についてどんな気持ちや心が見えたのか伝える。

「努力しているね。」
「一生懸命にやっている姿が見えますよ。」
「手伝いの気持ちが見えましたよ。」
「〇〇くんへの優しさが見えましたよ。」

【3】 なって欲しい姿をプラスして伝える。

- ・できるだけ肯定的な言葉を用いて、具体的な行動や姿を例示する。
- ・そうすることで、子どもはやるべきことが明確になり、意欲をもって前に進むことができる。

①具体的な行動や姿を例示する。

「さらに〇〇すると良くなるよ。」
「次回は〇〇なやり方ができると、もっと喜んでくれるよ。」
「さらに〇〇してくれると、△△さんは嬉しいよ。」
「できることだけやってみようよ」

4 援助要請をしてきた児童への声掛け支援で大切なこと

- ・低学年ほど、様々な場面で、「〇〇さんがぶつかってきた」「△△さんが掃除をしない」「□□さんがうるさい」・・・といったことを、大人に援助要請をしてることがあります。
- ・そういった援助要請をしてきた子どもたちに対して、同時多発した場合には、すぐに対処できなくても、自尊感情を大切に、自己肯定感を高められるような声かけ支援をすることが大切です。

【2】 その子どもの言動を肯定する言葉を伝える。

- ・ 援助要請してきてくれた子どもの気持ちに共感していることを伝える。
- ・ そうすることで、子どもは認めてくれたという思いになり、気持ちが和らぐ。

①最初にその子どもの気持ちを代弁し、言動を肯定する言葉を伝える。

「静かにしてくれなくて困っているんだよね。伝えてくれて助かりました。」

「お掃除してくれなくて困っているんだよね。教えてくれてありがとう。」

②過程を認める言葉をかける。

「いつもクラスの様子を気にかけてくれているんだね。」

「いつも教室をきれいにしようと心がけてくれているんだよね。」

③起こった現象についてどんな気持ちや心が見えたのか伝える。

「友達への思いやりが見えたよ。」

「クラスをよくしようとする気持ちが感じられたよ。」

「〇〇くんへの優しさが見えましたよ。」

【3】 なって欲しい姿をプラスして伝える。

- ・ できるだけ肯定的な言葉を用いて、具体的な行動や姿を例示する。
- ・ そうすることで、子どもはやるべきことが明確になり、意欲をもって前に進むことができる。

①具体的な行動や姿を例示する。

「〇〇さんに声をかけてみても変わらなかったら、先生が声をかけるね。」

「全部だと難しいから、△△だけやってもらえるように声をかけてみてね。」

「□□さんは一人だとできないから、一緒にやってみてくれるかな。」

「今はやり取りできないから、～になったら話聞かせてね。ごめんね。」

4 良くない声かけ

- ・ 声かけの仕方によっては、子どもは反抗的になることや口を閉ざしてしまうことがあります。
- ・ そうすると、何を声掛け支援、指導しても、心に入っていかなくなってしまいます。
- ・ 一見、場にそぐわない、又はよくない言動であったとしても、良かれと思って行った言動であるなど、子どもなりの思いや考えがあるかもしれないということを念頭に置いて対応することが大切です。
- ・ 援助要請にしても、せつかく言いに来たのに、相手にしてもらえなかったと感じてしまうと、それからもう何も言わなくなってしまうことがあります。

①頭ごなしで叱りつける。

「何やっているの!」「何しているの!」

②質問形式で問い詰める。

「何でしたの?」「なぜしたの?」

③決め付けた言い方をする。

「あなたが先に〇〇したのでしょ」

④形式的に謝らせる。

「とにかく謝りなさい」

⑤懲戒を与えることを前提として指示する。

「〇〇しないと、△△にします!」

⑥下学年の子どもと比較する。

「〇〇できないと、△年生と同じです!」「□年生からやり直しなさい!」

⑦忙しいからと取り合わない。

「今は忙しいから後でね」

Ⅱ 実践編

「Ⅰ 基礎基本編」でお示した内容を基にして、具体的な場面での声かけ支援の内容・方法についてまとめました。

◆ケース1 子どもが授業中に落ち着きがない場面

(1) 悪い声かけ例

①頭ごなしに叱りつける。〔①〕

例：「何をやっているの!」

②問い詰める。〔②〕

例：「なんでそういうことをするの!」

③決め付けた言い方をする。〔③〕

例：「授業の邪魔をするなら、やらなくていい!出ていきなさい!」

(2) 良い声かけ例

①何がしたかったのか聞く。〔【1】①〕

例：「そんなに騒いで、何がしたかったの?」

②最初にその子どもの気持ちを代弁し、言動を肯定する言葉を伝える。〔【2】①〕

例：「自分の意見を聞いてほしかったんだね。」

③過程を認める言葉をかける。〔【2】②〕

例：「きちんと自分の意見がもてているのはいいことだね。」

④具体的な行動や姿を例示する。〔【3】①〕

例：「黙って手を挙げていると、自分の意見を伝えるチャンスが回ってくるよ。」

(3) 援助要請がきた場合

①その子どもの言動を肯定する言葉を伝える。【2】①

例：「静かにしてくれなくて困っているんだよね、教えてくれてありがとう。」

②過程を認める言葉をかける。【2】②

例：「いつもクラスの様子を気にかけてくれているんだね。」

③起こった現象についてどんな気持ちや心が見えたのか伝える。

例：「クラスをよくしようとする気持ちが感じられたよ。」【2】③

④具体的な行動や姿を例示する。【3】①

例：「〇〇さんに声をかけてみても変わらなかったら、先生が声をかけるね。」

◆ケース2 子ども同士のトラブルが起こった場面

(1) 悪い声かけ例

①頭ごなしに叱りつける。〔①〕

例：「何で人を叩いたりしたの！」

②決めつける。〔③〕

例：「あなたが先に手を出したんでしょ！」「悪いのは、相手の子ではなくあなたです！」

③形式的に（無理やり）謝らせる。〔④〕

例：「悪いことをしたんだから、謝りなさい！」

(2) 良い声かけ例

①何がしたかったのか聞く。〔【1】①〕

例：「友達を叩いていたけど、何がしたかったの？」

②最初にその子どもの気持ちを代弁し、言動を肯定する言葉を伝える。〔【2】①〕

例：「自分が怒った気持ちを伝えたかったんだね。」

③起こった現象についてどんな気持ちや心が見えたのか伝える。〔【2】③〕

例：「本当は叩くのをごまかしようとしていたのが分かったよ。」

④具体的な行動や姿を例示する。〔【3】①〕

例：「自分の気持ちを言葉にして伝えれば、友達もきっと分かってくれるよ。」

「気持ちの伝え方が分からないときは、先生を呼んでくれたら、一緒に考えてあげるよ。」

◆ケース3 子どもが学習（活動）に取り組まない場面

(1) 悪い声かけ例

①頭ごなしに叱りつける。〔①〕

例：「何でやらないの！早くやりなさい！」

②懲戒を与えることを前提として指示する。〔⑤〕

例：「早くやらないと、休み時間は無しです！」

③下学年の子どもと比較する。〔⑥〕

例：「こんなこともできないようなら、1年生からやり直さない！」

(2) 良い声かけ例

①何がしたかったのか聞く。〔【1】①〕

例：「課題に取り組んでいないようだけど、何がしたいの？」

②その子どもの言動を肯定する言葉を伝える。〔【2】①〕

例：「どうやって取り組みればよいのか、分からなかったんだね。」

③過程を認める言葉をかける。〔【2】②〕

例：「それでも、なんとか課題に取り組もうとしていたんだね。」

④起こった現象についてどんな気持ちや心が見えたのか伝える。〔【2】③〕

例：「自分の力で頑張ろうとしている気持ちが素敵だね。」

⑤具体的な行動や姿を例示する。〔【3】①〕

例：「困ったときは手を挙げてくれたら、すぐに助けに来るからね。」

「自分の力だけではできないときには、遠慮なく『助けて』『教えて』って言えるといいね。」

(3) 援助要請がきた場合

①最初にその子どもの気持ちを代弁し、言動を肯定する言葉を伝える。〔【2】①〕

例：「お掃除してくれなくて困っているんだよね。」

②過程を認める言葉をかける。〔【2】②〕

例：「いつも教室をきれいにしようと心がけてくれているんだよね。」

③起こった現象についてどんな気持ちや心が見えたのか伝える。〔【2】③〕

例：「クラスをよくしようとする気持ちが感じられたよ。」

④具体的な行動や姿を例示する。

例：「全部だと難しいから、△△だけやってもらえるように声をかけてみてね。」

「□□さんは一人だとできないから、一緒にやってみてくれるかな。」

「今はやり取りできないから、～になったら話聞かせてね。ごめんね。」