

「あんなとき、こんなときどうする？」

#### 質問

「ぼくなんか、どうせできないもん。ぼく、変だもん」が口癖の子どもがいます。

以前、水色の象の絵をかき、私はかわいいねと褒めたのですが、その絵を家に持ち帰り、お母さんに見せたところ、「象は灰色でしょ。なんで、へんな色使うの？おかしいでしょ。書き直しなさい」と言われたようです。

それがきっかけかどうかはわかりませんが、口癖が目立つようになりました。園でも自信が持てず、元気のない日が続いています。どのように接したらいいでしょうか。（30代保育士）

#### 回答

自分に自信がもてず、自分に対する否定的な気持ちを持っている子ども（A君）への対応についての質問としてお答えいたします。

まず、A君がいつ頃から、何がきっかけで「ぼくなんか、どうせできないもん。ぼく変だもん」などという言葉が発するようになったのでしょうか？できる限り調べてみることは、子どもを理解する上で大切だと思います。

#### 子どもに関心を持ち、子どもの話を聴く

子どもが自尊心や自己肯定感を持てるようになるためには、子どもに関心を持つ必要があります。保育士さんがA君に対して、「私はあなたに本当に関心があるのよ」という気持ちを伝えるために、何ができるでしょうか？例えば、A君が水色の象の絵をもってきたときのことを考えてみてください。ほめる前に、「先生はあなたに関心があるのよ」という気持ちで、「この象さんはどんな象さんなの？」「何をしているの？」「どういうことで水色をしているの？」と聞いてみて下さい。このような質問をすることにより、子どもが作成したものに対して、あなたが本当に興味を持っていることを伝えることができます。

またもし、あなたが「象さんは灰色なのに」と思っていたら、「先生ちょっとびっくりしちゃった、だって象さんは灰色をしていると思っていたのに、どういうことでA君は水色にしたの？」というように尋ねてもよいと思います。

このような対話を持つことによって、子どもが何を伝えたいのか、何をわかって欲しいのか、どんな気持ちなのかはわかってきます。そうすることにより、A君に対して、またA君のやっていることに対して、大人が興味、関心を持っているよ、ということを伝えることができると思います。

（ここまで広報誌に掲載しました。以下は続きです。）

#### 子どもに関心を持ち、子どもの話を共感的に聴くことで、子どもの自信につながる

「自分がやっていることは相手の関心を引き出すに値する」と思うことは、子どもの自信につながります。保育士さんがこのような対話をA君と続けて持つことができれば、もしかして、A君はどういうことで象さんが水色になってしまったかを教えてくれるかもしれません。

せん。例えば「象さんは悲しいんだ」というように、子どもは比喩的に自分の心の中の話しをしてくれることもあります。そのときには、「何が起こってこの象さんは悲しくなったの？」というように話しを進めていき、象さんがどういうことで悲しいのかをわかってあげ、その気持ちを汲んであげればよいと思います。

このような場面では、子どもの表情や全身に表現されている気持ちを、黙って、共感的に受け止めてあげることが大切です。

子どもは比喩的な話から、自分でも気が付かないうちに、自分の気持ちに入っていくことがあります。そこをわかってあげて、必要だと感じたときには、A君も象さんみたいな気持ちなんだね、と言ってあげることいいでしょう。

さらに、子どもが元気なさそうにしていたら、「なんか元気がないね？どうしたの？」というようなこちらが相手に関心を持っていることを伝える質問をしてみることも有効だと思います。

また、「先生に何かして欲しいことある？」と尋ねてみることも一つの方法ではないでしょうか。子どもがわからないというような時には、例えば、「なんだかわからないけど、元気がでないんだね？」と、その状況に共感してあげることも大切です。

さらに、子どもの様子に関わっているスタッフ全員で省みて、いつごろから元気がなくなったのか、そのころに何が起こっていたのかを考えてみることもいいと思います。

### **きめ細かい行動観察と、具体的に子どもの気持ちを受け止めること**

「ぼくなんか、どうせできないもん、ぼく変だもん」とA君が言うとのことですが、A君はどんな場面でそのように言うのでしょうか？どのような時にそのような表現が出るのかを、細かく観察する必要があります。「また同じことを言った」ということで締めくくらないで、このような自分を否定する発言が、どんな場面で、誰といるときに起こるかを観察して、何が起きているかを突き止める必要があります。もしかしたら口癖でいつも言っているのかもしれませんが、それともある特定の人の前で言っているのか、特定のことをするとき言い出すのか、観察して調べます。例えば、新しいことを学ぼうとするときに言うとか、何かをして欲しいという気持ちがあるときに言う、とかなどです。

状況がわかったら、「どうせできないんだもん」という気持ちを受け止めてあげてから、何がどんな風にできないかを尋ねてみることも大切です。また「ぼくは変だもん」というときにも、同じく、どのような状況のときにそのような発言があるのかをまず調べる必要があります。それがわかったら、「〇〇のときに、A君は自分が変だと思うんだね？」と、相手の言っていることをまず受け止めて、どんな風に変だと思っているのかを尋ねてみることも大切でしょう。

### **ほめる子育ての留意点**

現在は、「ほめる子育て」が望ましいと言われていています。ほめることで、自尊心を育てると思われているようですが、単に成果や結果だけを見てほめるだけでは、本当の自信につながりません。成果や結果をほめることは、そこだけに価値があり、結果を出せない人間は価値がないという意味にもなります。

本当の自信は、子どもが自分の話しを聞いてもらい、わかってもらえたという体験を積

み重ねることで、「自分は大切な人間だ」、「自分は、言っていることを聞いてもらえる価値のある人間である」という感覚の積み重ねから育つものです。

また本当に自分ががんばって、何かを達成できたときには、がんばったこととその成果を認めてあげることで子どもが達成感を感じ、それが自尊心を育てるのだと思います。さらに、子どもの喜びの手柄を親や先生がとることなく、「達成できて喜んでいてるあなたを見てこちらもうれしい」という喜び方をすることも大切だと思います。そうすることで、自分ががんばったことに対して、喜びを発見できるような人に成長してゆけるようになります。親や先生が、「あなたよい点をとったね」とか「よい成果を出してうれしいよ、あなたは凄いなという」というようなほめ方をすると、「よい点を出せない、成果が出せない自分はダメ」という結論を子どもは出してしまっていて、落ち込むこともあるので、成果だけに焦点を当てるほめ方には注意が必要です。

### 子どもから直接話を聞くと言うこと

質問の文章の中に、お母さんに「〇〇と言われたようだ」、とありますが、どうしてそれがわかったのでしょうか？子どもから直接聞いたのでしょうか？

ここで大切なことは、人から聞いたことでああなたが動くのではなく、自分が子どもから直接聞いてわかった情報に基づいて考えられることです。例えばやり直した象さんの絵があったのなら、「どうしたの？あなたが見せてくれたのは水色の象さんだったよね？」というような問いかけをして、子どもが体験した状況を聞きだし、共感的に話しを聞き子どもを理解する努力をすることが大切です。

### 専門家の振り返り

最後に、保育士さんは子どもとの関わりや対応の仕方について、自分自身を振り返ることも大切だと思います。

A君が水色の象の絵をもってきたとき、どういうことでああなたはこの子の絵をほめたのでしょうか？ほめた時にほんとうにかわいいと感じていたのでしょうか？もし、「ほめなくてはいけない」という義務感のようなものが働き、本心でないと、子どもはお世辞とすぐに気づきます。もし偽りの気持ちがあったら、子どもにとっては本当に関心を抱いてもらったことにはならないと思います。このような場面では、ご自分自身の気持ちの振り返りをなさることも大切だと思います。

子どもの心に寄り添い話しをきちんと聞いて、不安を受け止めてあげる先生になってください。そうすることで、子どもが安心して自分の価値を実感することができて、本来の力のある自分を発見できるようになるのです。それが自尊心につながっていくのだと思います。

(文責：山崎剛 助言指導：innercore 9代表取締役 田中万里子心理学博士)