



学校教育目標

自ら学ぶ子

「学び続ける子」「共に生きる子」「健やかな子」「浦島の子」「未来を創る子」

6月号 令和4年5月31日

スリー グッド シングス

校長 藁科 直希

5月9日の朝会で、子どもたちに「スリー グッド シングス」を紹介しました。「スリー グッド シングス」は自己肯定感を育む効果的な方法だそうです。本校の子どもたちに育みたい資質能力の1つとして自己肯定感があります。自己肯定感とは、様々な定義をされています。例えば、「能力形成の土台」「自分が自分であることに満足し、価値ある存在として受け入れられること」「自分ならでき、自分ならなんとかなるという自己イメージのこと」「人生を支える軸となるエネルギー」などです。私たちが、様々なことに挑戦したり、取り組んだりするときの意欲、エネルギーとなるものです。また、自己肯定感が高められる環境として、「否定されない・自分の意志が尊重される・失敗が責められない・他人と比較されない・できていることをきちんと評価される・成功体験を積むことができる・自分の成長を実感できる」ことなどが大切であるとされています。

子どもたちには、次のような話をしました。「毎日寝る前にノートに、その日にあった良かったことやうれしかったこと、ありがたかったこと、楽しかったことなどを3つ書くことを続けると、自分の気持ちが前向きに、プラスになる。人間の脳はどしどし嫌なことやマイナスなことを印象深く覚えてしまう癖があるが、毎日続けることでだんだんと前向きな気持ちになっていく。また、脳が勝手に良いことを探すようになっていく。毎日、寝る前に書くのがたいへんという人は、家に帰ってからおうちのひとと、その日にあった3つの良いことについて話しをするというのもとても良い方法だそうです」

ぜひ、お子さんに「今日はどんな良いことや楽しかったことがあった」と聞いてみて、おうちの方もその日にあったご自身の良かったことやうれしかったことなどを話す時間をとっていただけたらと思います。

本日(5/25)、私が見つけた「スリー グッド シングス」は、「初めての日直が不安で学校に入れなかった友達に大丈夫だよ、一緒に行こう、と声をかけてくれた1年生に出会ったこと」「たてわり活動で6年生がリーダーとして頑張り、1～6年生が集まって笑顔で名前キラキラゲームをやっていたこと」「子どもたちの良かったことや成長についてうれしうに職員室で話している先生たちがいたこと」です。子どもたちや教職員が生き生きとしている姿は、私の自己肯定感を高めてくれます。教職員と共に、子どもたちの自己肯定感を高めるための様々な手立てを考え、実践していきたいと思っております。