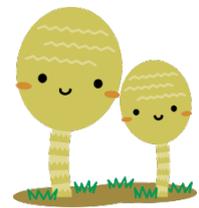




園長だより



突然のご報告になりますが皆様に園長としてお便りを書かせていただくのは今月で最後になります。今年の10月よりアメリカにて牧師の仕事をさせていただくことになり、年度途中の転勤になるため、4月から園長を交代することになりました。4月より半年間はチャプレン（保育園付き牧師）という形で9月末まで、子供のお話し、聖書クラスや、各イベントなどで関わらせていただきます。どうぞこれからもよろしく願いいたします。新園長は富浜宗言先生です。

今日は自尊心についてお話させていただきます。日本人は欧米人に比べ、自分のことを謙遜に言うことが多いように感じますし、美德であると考えられていますよね。例えば、「今日はキレイだね！」と言われた場合、「ありがとう！そうでしょ！今日はおめかしをしたの」というよりは、「いえいえ、そんなことないですよ」ということの方が多いかもしれません。アメリカ人はあまりできなくても「できるできる！」と言い、日本人はとてもよくできても、「私はまだまだです」と答える文化です。ここでは、どちらが良いのか、という話ではなく、謙遜であることを美德とする日本の文化の中でも、自尊心、自己評価の心を育てる大切さをお話ししたいと思います。

自尊心ということば自体、プライドが高いという意味にとられてしまうかもしれません。わたしが話したい自尊心、自己評価（英語では **Self-esteem**）というのは自分のことをどのように見ているのか、自分を高く評価しているのかどうか、自分に自信を持ち、自分のことが好きなのかということのお話です。決してプライド高く、上から目線であるべきだと言っているのではありません。

私たちの自己評価は他人の言葉や評価に基づいているので、ジェットコースターのように上がったり下がったりしてしまいます。私たちは子供を、他の人のきつい言葉や心無い言葉からすべて守ってあげることはできません。しかし、傷ついたとき、落ち込んだ時には、その子供がどれだけ大事なのか、どれだけ大切なのかを思い出させてあげるのが親の仕事ではないでしょうか。

例えば、朝家を出る時には、ジェットコースターの上にいる状態でスタートすることができれば、一日の中で落胆することがあっても、子供は一日を乗り切ることができます。朝から「あんた、また遅いんだから、いつも片付けもできなくて... そんなことでどうするの？」という風にいら立ち、批判、失望を感じさせる言葉をかけた場合、ジェットコースターの下状態で一日を始めることになりますね。

子どもの良い自己評価を育てる3つのヒントを紹介いたします。

1. あなたが子供を高く評価していることを伝える。子供に愛を注ぎ、子供があなたにとってどれほど大切であるかを伝えてください。
2. 自己評価、感情がジェットコースター式に上がったり下がったりしてしまうことを子供にも理解させる。下がった時があったとしても、家族や友達に頼り、自分は本当に価値があるのだということを見出せるのだということを教えましょう。
3. どのような状況にあっても、自分が大切な存在であることを思い出させてあげましょう。過去の例などを思い出させたり、誉め言葉をかけてあげることも良いです。

今回は自尊心・自己評価について考えました。もちろん、子供が自分は何でもできると勘違いしてしまったり、高慢になってはいけません。叱る時には叱り、反省するべき時には反省をしなければなりません。しかし、子供に愛を注ぎ、子供が自信を持ち、自分は大切にかけがえのない存在であることを伝えていくことは大切だと思います。

これからの皆様の子育ての上に、神様からのお導きと祝福があることをお祈りいたします。

2019年2月28日

石川三育保育園 園長 ミラー・ジョエル