

16 こんな自分が好きやねん ～「自尊感情」を育もう～

1 主題 自尊感情

2 主題・教材について

「他者を大切にできる」ためには、まず、「自身を大切な存在として受け止める」ことが必要である。しかし、現実には、自分を肯定的に捉えることができず、他者の存在を受け容れることができない子どもも多い。人間関係が希薄になりがちな今、何事にも自信をもてずすぐに諦めてしまったり、ほんの少しのつまずきで自分の殻に閉じこもってしまう子どもも少なくない。また、自尊感情の低さゆえ、他者を攻撃することによって自己の安定を保とうとする子どもも少なからず存在する。このような現実を前に、全ての人の人権が尊重される社会を築くため、自尊感情を育む取組は大変重要である。

自尊感情は、自分の大切さに気づき、自分を価値ある存在として尊重し、認める気持ちである。これは、人と人のかかわりの中で育まれていくものである。他者に受け容れることで、自尊感情は高まる。自尊感情が高まることで、他者を受け容れられるようになる。そうした関係を築く取組を意図的に行う必要がある。

この教材では、まず、アイデンティティについて考える。アイデンティティとは、自身を構成するすべての要素であり、どれ一つ欠けても自身とはならないものとして捉えさせたい。その上で、自身にとって受け容れがたいアイデンティティも含めて、自身を大切に思えるようにするためには何が必要かを考えさせたい。

日常をふり返り、他者に受け容れられる心地よさに対する気づきを、他者を受け容れる態度とスキルを身に付けることに、さらには、互いに尊重することのできる関係づくりへとつなげたい。

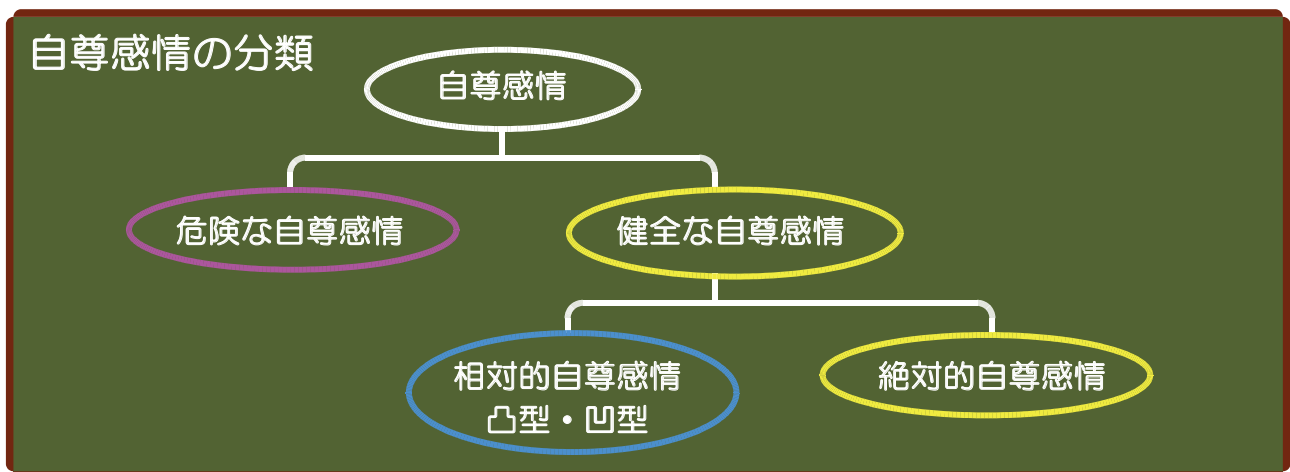
- ## 3 ねらい
- ・アイデンティティとは、自身を構成する全ての要素であり、どれ一つ欠けても自身とはならないものとして捉える。
 - ・自身のアイデンティティを丸ごと引き受けようとする態度を身に付ける。
 - ・自尊感情を高め、他者の価値を尊重しようとする技能を身に付ける。

4 展開例

過程	主な学習活動	指導上の留意点	備考
導 入	<p>「自分らしさ」について考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自身の特徴を書き出す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3分で10個を目安に記入するよう指示する。 ・自由な発想を引き出すため、あえて詳しく説明しない。 	記入用紙
	<p>「アイデンティティ」について知ろう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本文（P.64）を読み、先ほど記入した自身の特徴について再考する。 ・本文（P.65）を読む。 ・受け容れがたいアイデンティティも含めて、自身を受け容れることができた体験を思い出す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・アイデンティティは、必ずしも自分にとって受け容れやすいものばかりではないことを押さえる。 	
展 開	<p>「自尊感情」について知ろう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本文（P.66）を読み、自尊感情について理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・板書等により、自尊感情について整理して説明する。 	板書例

展 開	「自尊感情」を育む行動について考えよう。	
	<ul style="list-style-type: none"> 本文 (P.67 L.1~L.10) を読む。 自尊感情が育まれた体験における共通点について、グループで話し合う。 グループで話し合ったことをもとに、自尊感情が育まれるために必要な行動について話し合う。 	<ul style="list-style-type: none"> どうすることで互いの自尊感情を育み合えるのかについて整理する。
ま と め	学習をふり返ろう。	
	<ul style="list-style-type: none"> 本文 (P.67 L.11~おわり) を読み、自尊感情を育み合うことの大切さを認識する。 	

《板書例》 自尊感情



《参考》

「自尊感情」

- ◎ 一般的に自尊感情という言葉は、セルフ・エスティーム (self-esteem) の訳語で、他に「自己肯定感」や「自尊心」とも訳されているものです。
- ◎ 園田雅春さん (大阪成蹊大学) は、自尊感情を次のように整理しておられます。

危険な自尊感情	「歪んだ自己愛」といわれるもので、ときには他者をおとしめて得られる。
健全な自尊感情	自分を肯定的に捉えることによって得られる。
相対的自尊感情・凸型	他者より秀でている部分を自覚して得られるが、状況によって変動する。(例えば、ピアノが上手、マラソンが速いなど。「よいところ探し」などの取組は、これにつながる。)
相対的自尊感情・凹型	自分では「短所・弱点」と感じていた部分を、他者から肯定的に意味づけられて (評価されて) 得られる。
絶対的自尊感情	凸・凹などの相対的な状況を越えて、あるがままの自分を肯定的に認めることができる。

園田さんは、「教員は、凹型の状況、へこんでいる状況があって自分が好きになれないという子どもにこそ、プラスメッセージを送りたいものだ。」と話されています。

- ◎ 「人権教育の推進についての基本方針」(奈良県教育委員会)の留意点1では、「自分の大切さとともに、他の人の大切さが認められていることを実感できるような環境づくりを、あらゆる教育の場で進めること」と述べています。「自分の大切さ」に気づき、自分を価値ある存在として尊重し、認める気持ちが自尊感情であるといえます。「自分は他者からも認められている」「自分にはこんなに素晴らしいところがある」「不十分なところも含めて自分が大切だ」などと自分自身を認識していることは、自信をもって未来に向かい生きていく原動力になると言っても過言ではありません。

もちろん、自分の優位性やすぐれた部分ばかりを誇示して、他者のそれは認めないという「エゴ」や「ひとりよがり」とはまったく別の感情であることは言うまでもありません。