



「自己肯定感」と「自己有用感」を育む

校長 筒井 啓介

昨今、様々な国際的な調査で、日本人の「自己肯定感」の低さが指摘されています。「自分はダメだ、自分は役に立たない、どうせ頑張ってもうまくいかない…」など、自信が持てない日本人が多いとの報告がされています。

「自己肯定感」とは自分の価値や存在意義を肯定できる感情のことです。「自尊感情」と同じ意味で使われることもあります。「自己肯定感」が高い人は、ありのままの自分を認めることができ、他者のことも認めることができるといわれています。また、自分に自信が持てるので困難な事にも諦めず取り組んでいくことができます。是非とも、子どもたちに育てたい感情です。

一方、「自己有用感」は、誰かの役に立っている、貢献している等、自分が有用であると思える感情のことです。誰かに必要とされた、人に喜んでもらえたなど、他人の存在なしでは生まれない感情です。この点で「自己肯定感」や「自尊感情」とは異なります。

ところで、「自己肯定感」が高ければ「自己有用感」も高いかといえば、必ずしもそうとは限りません。「自分は能力があるのに、周りが認めてくれない。上手いかないのは、親や学校、周りの人たちの責任だ。」と、他人に責任転嫁する人がいたとします。これは、自己肯定感だけが高い例です。また、走るのが得意な子がリレーの選手に選ばれたとします。「自分はクラスで一番足が速いので、クラス代表として選手に選ばれた。だから、みんなの期待に応えられるように頑張りたい。」これは、他者から認められ、期待されているという「自己有用感」を伴った「自己肯定感」です。単に「クラスで一番足が速い」という自信ではなく、他者のために自分の力を発揮したいという思いが高まっているのです。

つまり、本人にとって足の速さは、さほど重要なことではないといえます。このように、「自己肯定感」を高めるには、まず、「自己有用感」を高めることが大切だと思います。**人の役に立つ、相手に喜んでもらう、子どもたちにはそんな体験を多く積んでもらいたいと思います。**

## ■沖縄修学旅行へ行ってきました～その4～

修学旅行2日目の夕食後、待ちに待った学年レクが始まりました。有志のメンバーによるダンスや漫才、ゲームなどを学年のみんなで楽しみました。司会進行など様々な場面でみんなが協力し、思い出に残る時間となりました。(5月9日 土曜日)



大盛況の学年レク



修学旅行の3日目は朝から班ごとに国際通りを散策しました。事前に計画していたコースを回って買い物や食事を楽しみました。ハイビスカスの髪飾りやサングラスを買って南国気分で盛り上がる班や、人気のアイスクリームやスイーツを食べる班が見かけられました。気が付けばあっという間に時間が経っていました。(5月10日 日曜日)

班別行動の様子 (国際通りにて)

南国気分で盛り上がります (国際通りにて)