

**自己肯定感を育む**

「自己肯定感を育む」ということを念頭に保育を頑張っているところですが、改めて考えてみます。「自己肯定感とはなんぞや？」調べてみると、「自分は存在価値があるんだ、大切な人間なんだ、生きていていいんだ」という気持ちだそうです。

日本人はそもそもが「自己肯定感の低い民族」だそうです、何をするにも「自分は駄目な人間だ！」「自分は劣っている！」「自分はなんの役にもたない！」と心のどこかで感じている。こうなってくると、どれだけ褒められても、評価されても心が満たされません。長い人生を送るのにいつもこんな風に、満たされない心で生きていって本当にしんどいと思いませんか？

自己肯定感の土台ができるのが、だいたい、0～3歳位と言われていています。お母さんに抱っこされたり、よしよししてもらったり、駄々をこねたり、一緒に笑ったり、そういうことを通じて、この気持ちが育まれていくのです。ここを土台にして「しつけ」「生活習慣」が身につけていきます。これが4～6歳と言われます。そしてこの「自己肯定感」「しつけ」を土台にして始めて可能になるのが「勉強」です。これが丁度1年生になる7歳と言われていています。私自身、幼児期は、文字、数を書くことより、体や心の育ちを大事にしたいと思っています。

現在、いろんな気になる行動や症状を示す子どもを見ていると、一番の土台となっている「自己肯定感」の部分の部分がしっかりできていない、あるいはボロボロに傷ついている、という子どもが少なくありません。そういった子どもに「しつけ」とか「勉強」を教えようとしても、身につかないし、逆に、すでに低くなっている「自己肯定感」を更に下げてしまう、傷つけてしまうことになってしまいます。「言えば言うほど、逆効果」「叱れば叱るほど、悪循環」と言う子は、たいてい一番大事な土台である「自己肯定感」がしっかり育っていないということになります。私たちはずっと「自己肯定感が大事！」と言い続けてきました。だから、私たちがお預かりする子ども達は「いのちの土台作り」にとっても大事な時期なんです。

**\*かわいいお手紙**

私の机の上に、かごが置いてあります。職員が書類を入れたり、園に来た手紙や書類が入っています。今日もたまった書類に目を通すことで、心に余裕がない状態。ふと見ると、かごの中に封筒が入っていました。「請求書かぁ・・・ん！やけに分厚い！」と中を見てみると、誰が入れてくれたのでしょうか？ピンクのクレヨンで可愛い顔がかかれたお手紙が入っていました。

忙しい毎日。「忙しい」って文字は「心が亡くなる」って聞いたことがあります。「がんばれ！」「見てるからね」と子ども達からの応援に思えました。「いかん。いかん。心が亡くなってる。」と反省することでした。

私たち保育者は、心に余裕がないと子ども達のことが見えなくなります。「丁寧な保育」を目指す保育は特に、心に余裕がないとひとりひとりが見えなくなってしまう。副園長・主幹にもいつも「職員の方の心の状態に気配りをしてください」と話をしています。子育ても同じだと思います。わが子の良いところが見えていますか？もし、見えづらくなっていたら、少し忙しいのかもしれないですね。ちょっと心を整えてみましょう。

なんだかんだ言っても、こんな風に、子ども達のやさしさに触れて、40年近く保育の仕事ができていくことに、感謝です。

