

自信がもてない子どもの人間関係づくり

自信がもてない子どもは、自分に対する自己評価が低いので、教師がサポートして自己肯定感を強くする必要があります。

Q1 自分がしていることに自信がもてなくて、自分の思いを話したり行動に移したりすることが苦手な子どもがいます。安心して自己表現できるようにするにはどうしたらよいでしょう。

1 自信がもてなくて涙ぐんでしまったときは、どんな状況だったのでしょうか。

- ・ 頑張って、みんなの前で発表したのに、答えを明らかに間違えてしまったとき。
- ・ 友達から、「それ違うんじゃない。」と指摘されたとき。
- ・ 自分の仕事を忘れていて、友達や教師から注意を受けたとき。
- ・ 教師の指示に対し、勘違いをして自分だけ違う行動をとってしまったとき。
- ・ 自分で決めたり選んだりする学習場面で、迷ってしまい、時間だけが過ぎてしまったとき。
- ・ 提出物を持っているのにも関わらず、遅れて教師に提出しに来たとき。
- ・ 友達と一緒に運動をしていて、うまくできなかったとき。

2 自信がもてない要因を探ってみます。

- ・ 相手が話している内容を聞き取る力が弱く、そのことから間違った判断をしてしまうことがある。
- ・ 人前で歌ったり、踊ったり、話したりすることに対して苦手意識を強くもっている。
- ・ 様々な面でうまくできなかった経験が多く、そのために自信をなくしている。
- ・ 親に頼り過ぎていて、学年相応の自立が進んでいない。
- ・ 間違えたり失敗したりすると、周りの人に笑われたり叱られたりするのではないかと恐怖感をもっている。



3 教師はどのように働きかければよいのでしょうか。

(1) 自信がもてない子への働きかけ

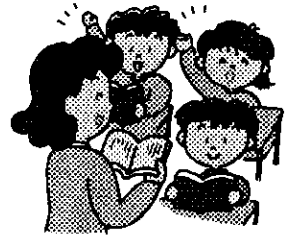
- ① 比較的易しい問題の時に指名をして、「できるんだ。」という経験を積むことから始めましょう。子どもによって違いはありますが、ここで大げさに誉めると、かえってプライドが傷つくことがあります。教師は微笑むくらいにして、まずは、何度も成功感を味わわせることに専念した方がよいでしょう。
- ② 係活動など学級の仕事がしっかりできるように励まし、グループや学級の中での信頼感を高めるようにします。自分はみんなのために役立っている、みんなも自分のことを認めてくれていると感じるようにすることが大切です。
- ③ 学習場面でその子なりに頑張ったことを紹介し、学級全体から認められるようにします。このことで、「自分はできるんだ。」という自信が芽生えてきます。

(2) 学級の子どもへの働きかけ

① どの子にもみんなの前で発表する機会を数多くもたせるようにし、その中で間違っただけから学習が深まることを何度も経験できるようにします。

間違えても堂々としている子、なぜ間違えたのか理由を言うことができた子を価値付けていきましょう。

間違えても、誰も笑わない、友達が間違っただけを教えてくれる、安心して学習できる学習集団をつくっていくことが大切です。



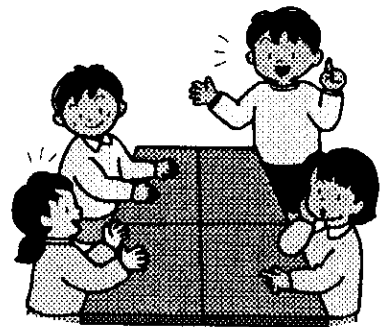
② 誰にでも苦手なことがあることを日頃から話題にしましょう。

「自分以外の友達だって、こんなことができないんだ。」と思うことで、安心感が生まれます。日頃、自信満々の子にも苦手なことがあるという話も意外性あって効果的です。時には、苦手なことを克服しようと努力している子の様子を紹介することも大切です。自分や友達の弱さを知りながらも、少しずつ努力していこうとする態度も養っていききたいものです。

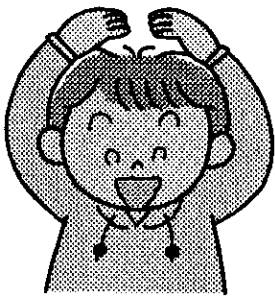
③ 朝の会やグループ学習の中で、自分の話や考えを聞いてもらう練習をしましょう。

話題は、「今日の朝食紹介」「自分の好きな遊び」など、誰にでも簡単に話すことができる内容から始めます。

4人ほどのグループで話す順番を決めて、一人ずつ話していきます。一人が話したら、周りの人は、その話の内容についてコメントをするようにしましょう。



自分の考えを話したり、自分の考えに対して友達の考えを言うことで、言葉によるコミュニケーション能力が育ち、自信をもって友達と話ができるようになっていきます。



事例 子どもがもっている力を引き出す教師の一言

A君は、作文にどんなことを書こうか迷っています。少し、様子を見ながら書き出すのを待っていると、10分程経過してから書き始めました。(他の子どもは、原稿用紙に半分くらい書いています。) A君が、原稿用紙4分の1くらい書けたときに、内容を読むと、公園で見つけたカタチの葉の様子を書こうとしています。「臭いはどうだった。」と聞くと、臭いについて書き始めました。すると、今度は葉の色について書き始め、あっという間に原稿用紙が埋まってしまいました。

翌日の国語の時間の始めにA君の作文を紹介しました。すると、みんなから「葉っぱの様子がすごく詳しく書けている!」と声上がり、表情が自信に満ちてきました。友達から認められて嬉しそうです。

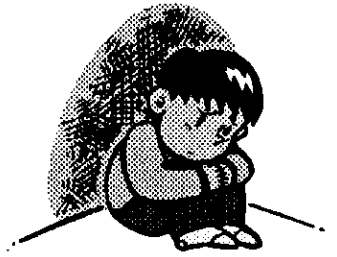
このように、自信がなくあれこれと迷っている子に対して、教師がかけた一言が、その子の力を引き出すきっかけになることもあるのです。

Q2 自分に自信がもてなくて、自分の中に閉じこもりがちの子どもがいます。進んで友達と遊ぶことができるようにするにはどうしたらよいでしょう。

1 休み時間の過ごし方を観察し、実態を把握します。

- ・ 席に着いたまま、じっとしている。
- ・ 読書や粘土、砂場などで一人遊びをしている。
- ・ 担任教師に話しかけてくる。
- ・ 友達から遊びに誘われても、断ってしまう。

このように、友達と関わって遊ぶことを避ける一方、担任教師とは安心してかかわる場合が多く見られます。

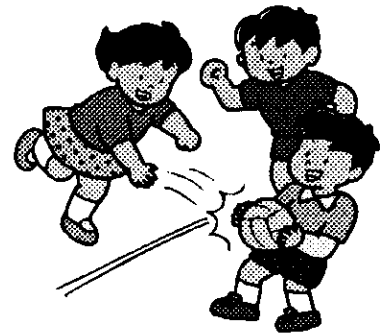


2 友達と遊ぶ機会を意図的に作りましょう。

自信がもてなくて、進んで友達と関わるのが苦手な子どもは、いろいろな集団に参加して、関わる力を育てることが大切です。

(1) 学級遊び

週に数回、学級遊びの時間を位置付けてはどうでしょう。学級遊びの日は、係が計画を立てるようにすれば、誰と何をして遊ぶのかを自分で決めなくてもすみます。そういった機会に、大勢の友達と遊ぶ楽しさを味わわせたいものです。みんなと一緒に遊ぶ楽しさを実感させることが大切です。



(2) 小集団遊び

自信がもてなくて、自分のからに閉じこもりがちの子は、遊びの中で自分の考えが出せずに、ストレスもたまりがちになります。小集団遊びは、比較的気軽に自分の考えを表出できるので、意見と意見をぶつけ合う練習になります。意見のぶつけ合いを通して、友達と関わって遊ぶ楽しさを味わうことができます。

(3) 下級生との遊び

同級生とうまく遊べない子でも、下級生となら遊べる場合があります。相手が自分よりも幼いので、自己主張がしやすく、低学年の子から頼られることで自信も生まれてくることでしょう。

縄跳びを教えてあげたり、生活科や図工で作ったおもちゃの交流活動など、学習の発展として位置付けるのもよいでしょう。

3 友達と遊んでいる様子を見ながら、支援をしましょう。

(1) 学級遊びのときの支援

学級遊びのときは、教師も子どもたちと一緒に遊ぶようにします。教師がそこにいるだけで、子どもは安心して遊ぶことができます。教師は進んで友達と遊べない子に、声をかけたり誉めたりしながら、集団の中での存在感を感じることができるようにしましょう。

(2) 小集団遊びのときの支援

自分から遊びの輪に入っていくときは、学級の子どもに「〇〇さんが、一緒に遊びたがっているんだけど…」と声をかけ、友達から誘ってもらい、きっかけをつくるようにしてみましょう。その後は、口を出さずに様子を見守るだけにしましょう。

(3) 年下の子と遊ぶときの支援

年下の子と遊ぶときは、自分に自信がもてない子も、リーダーシップを発揮しなければなりません。一緒に遊ぶ人数は、2人～4人程度がよいでしょう。年下の子に対する教え方、誉め方を事前に指導することで、

関わり方が分かり、自信をもって遊ぶことができるようになることでしょう。

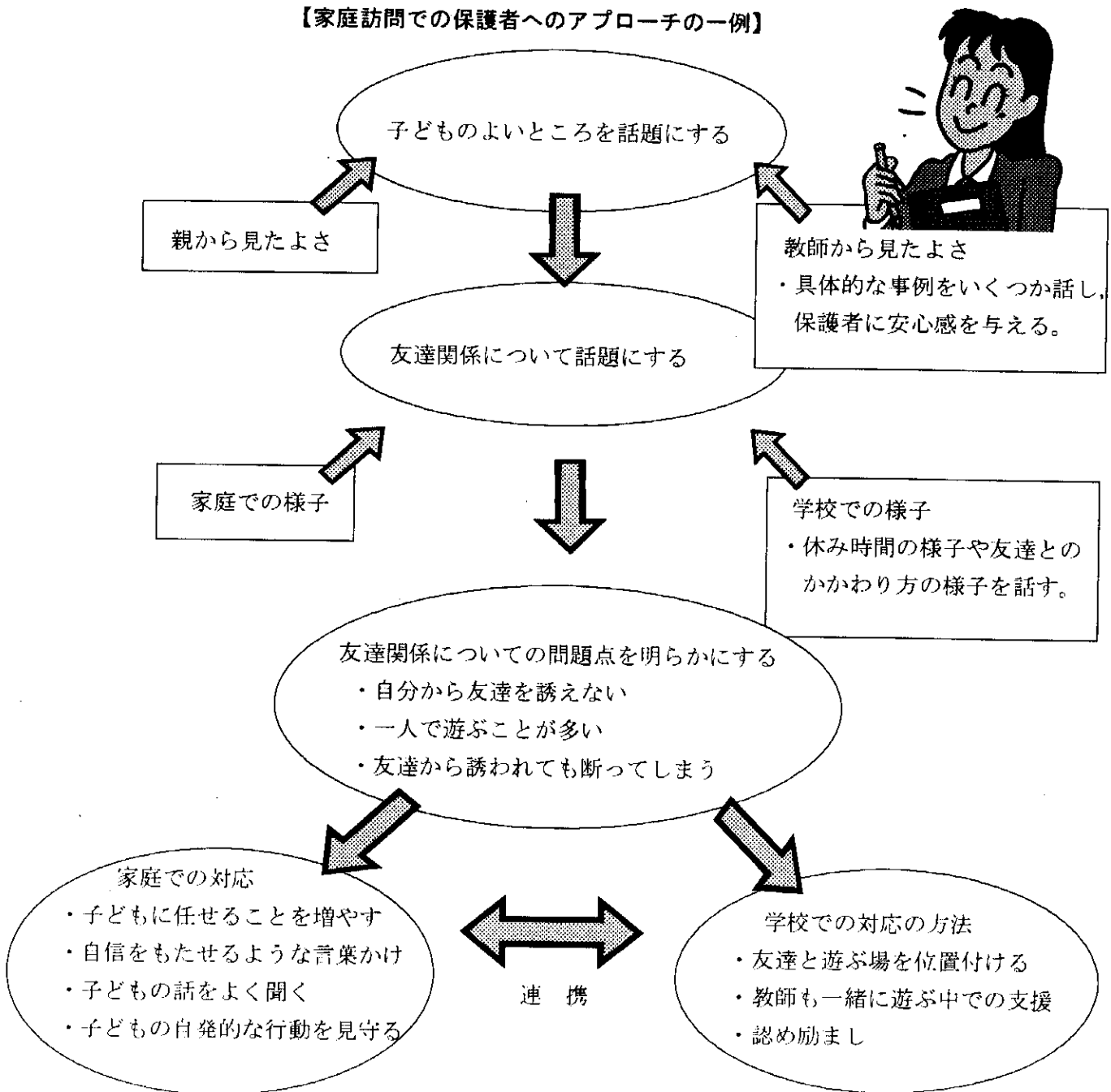
Q3 自信がもてない子どもの保護者に、どのような支援を行ったらよいのでしょうか。

(1) 保護者へのアプローチは？

保護者の養育態度について、担任から一方的に注文を付けるのは避けたいものです。保護者が担任に心を開くようにしなければ、保護者との連携を図ることはできません。家庭訪問は、子どもの友達関係について話題にする絶好の機会です。まずは、子どものよい面を話題にし、その後で、友達関係を話題にしていきます。友達とうまく遊べない子の保護者はきっと「うちの子は、なかなか遊びに行かないわ。どうしたのかしら。」と悩んでいることでしょう。

以下、家庭訪問での保護者へのアプローチの一例を図式化しました。

【家庭訪問での保護者へのアプローチの一例】



(2) 学級懇談会にひと工夫を

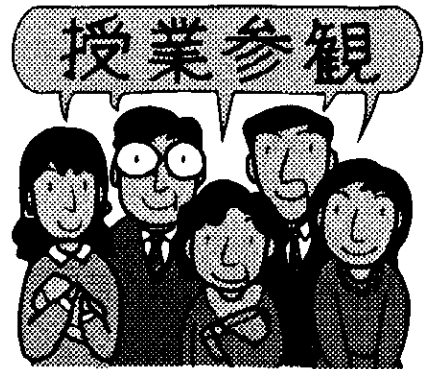
学級懇談会というと、堅苦しいイメージがあり、みんなの前で何か話さなければいけないと後込みする方もいらっしゃることでしょう。

自信がもてない子どもの保護者の中には、人付き合いが苦手な方もいらっしゃると思います。学期に2回程ある学級懇談会が、保護者同士がより親しくなるきっかけになれば、保護者同士の連携がよくとれ、子ども同士の人間関係もよりよくなることでしょう。

そこで、懇談会のプログラムの中に、保護者同士のおしゃべりタイムを取り入れてはどうでしょうか。

時間は、10分～15分くらいにします。保護者の方は気軽に会話することの方が好きで、あっという間に時間が来てしまいます。おしゃべりタイムのときの保護者の顔は、終始にこやかです。

話題としては、誰でも気軽に話すことができる内容がよいでしょう。



- ・お手伝いについて
 - ・家庭での遊びについて
 - ・夏休みの報告会
 - ・家庭学習について
 - ・お金の使い方について
 - ・悩みごとなんでも交流会
- *家庭でうまくいかなかったことを交流することで、親近感がわき、会話も弾むことでしょう。



お互いの家庭の様子を交流することで、「こんなことで困っているんだ。うちと同じだわ。」と安心感や親近感がわき、次第に保護者同士の人間関係もよくなっていくことでしょう。

また、おしゃべりのグループは子どもの生活班がいいでしょう。生活班が同じ子は、学校生活でのかかわりが多いため、家庭でも何かと話題に上ることもあると思います。

低学年のうちには、保護者同士が親しいと、そのことがきっかけで子ども同士一緒に遊ぶようになる場合があります。間接的ではありますが、保護者同士が親しくなることで、自信がもてない子どもの人間関係が広がり、自分の世界を広げていくことができたらと願っています。

事例 その子のよさを周りの子に紹介することで…

Bさんは、4月にクラス替えがあつてから、友達ができず、休み時間になると、一人で読書をしていました。Bさんに話を聞いてみると、今まで仲よしだった友達とクラスが別々になり、遊ぶ子がいなくなったと言います。

Bさんは、授業中は集中して勉強に取り組んでいますし、発表だってできます。しかし、関わることのできる友達に限られていました。

Bさんの家庭では、躰がしっかりとされていて、家の中でも大変よい子です。また、友達に嫌なことを言ったりしたりすることがなく、性格が優しいため、友達から嫌われているわけでもありません。

友達が「外で鉄棒しようよ。」と誘ったときも、「本を読んでいるから…」と応じませんでした。こんなことの繰り返りで、クラスの友達も声をかけなくなっていきました。家に帰ってからもほとんど友達と遊ぶことのないBさんは、どんどん自分の殻の中に閉じこもっていきました。

そこで、Bさんが読んでいる本の面白いところを、学級みんなに紹介しました。休み時間になると、「本を見せて！」と女の子が集まってきます。そんな中で、Bさんと学級の子どもの関わりが少しずつ生まれてきました。

