



毎月11日は「人権を確かめあう日」です。

## 「良いところ」を見つけよう！！

子どもを育てていると、つい、「長所」よりも「欠点」に目が向いてしまいがちです。「ウチの子にはウチの子の良いところがある」と頭では分かっているけど、心で受け入れることは、なかなか難しいのかもしれない。

しかし、「欠点」と「長所」は表裏一体であり、「欠点」だと思えることが実はそうではないことが多数あります。

例えば、

「さわがしい」→「明るい」「活発」

「おとなしい」→「穏やか」

「調子にのりやすい」→「雰囲気明るくする」

「消極的な」→ひかえめな

等々・・・。少し見方を変えるだけで、子どもにはステキなところがたくさんあると思いませんか？

## 「できることからやってみよう！！」

ところで、皆さんは「自己肯定感」という言葉を聞いたことがありますか？

それは、子どもの存在を丸ごと受け入れることであり、「お父さん・お母さんは私のことが大好きだ」と子どもが感じられるものです。それは人間が生きていく上で「基礎」あるいは「軸」となるものであり、これが低いと生きづらくなります。この「自己肯定感」を育むのは普段からの子どもとの接し方に大きく関わってきます。

- ①子どもの話に耳を傾ける
- ②否定的な表現ではなく、肯定的な表現で話す
- ③比べない
- ④良いところをほめる
- ⑤自分の自尊感情を高める



ここに書かれているものは、決して難しいことではなく、ほんの少し意識すればできることばかりです。

毎日の子育ては、楽しいよりも、むしろ怒ったり、イライラすることの方が多いかもしれません。しかし、子どもは私たちが忘れかけている「大切なもの」「純粋な気持ち」など宝物を沢山持っています。子育てを通じて成長させてもらっているのは、実は私たちの方かもしれません。

子どもは宝物です。優しく温かく見守りながら、みんなで大切に育てていきましょう！！

宇陀市人権啓発活動推進本部

※この啓発チラシへのご意見・ご感想は

☎0745-82-2147 または [jinken@cityudalg.jp](mailto:jinken@cityudalg.jp)

