

子どもを伸ばす10のポイント

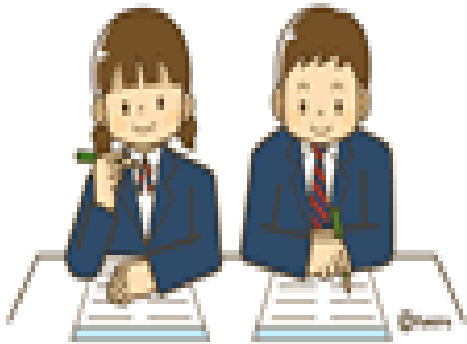
ver.2019

新潟大学教職大学院

長澤正樹



1. 発達段階の課題とは



自我の目覚め、自己の確立へ

各発達段階の課題

乳幼児期	学童期	青年期	成人期
<ul style="list-style-type: none">・養育者との信頼関係・基本的な生活習慣・身辺自立・自己決定	<ul style="list-style-type: none">・友達関係・担任との信頼関係・学力、学習	<ul style="list-style-type: none">・友人関係・自己理解・進路学習・余暇活動	<ul style="list-style-type: none">・就労・生活の自立・社会生活・自己実現

各発達段階にクリアする課題がある

青年期の対応

■ 心許せる友人、良好な友達関係(帰属集団)

趣味や価値観を同じくする友達との出会い、つきあい

■ 自分自身のことを知る・理解する

できることを増やし、自分を客観視できるようになる

■ 進路

自己理解を深め、自分にあった進路の選択

■ 余暇活動

大人になっても続けられる趣味やスポーツなど

自分のことをよく知り、自分の良さを認め、大人社会を意識する
親はそのモデル(大人であること)を示す責任がある

2. 子どもに注目しましょう

子どもを認め、自己肯定感を
育てましょう



自己肯定感を高めるかかわり

注目する

(例)「その服似合ってるね」

共感する

聴く、受けとめる、
理解する

自己肯定感



自分を好きになる

認める

当たり前・
悪くない状態をことばに



ほめる

成功体験
できることから始める

男子:注目 女子:共感

(女の子の)「自信」を育てる



■ 進歩をほめる

「毎日練習したからレギュラーになれたんじゃない」

■ できることから始める

家庭学習も、得意な教科から

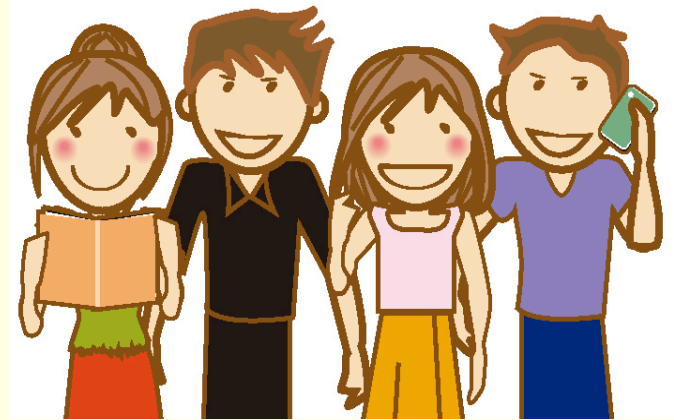
■ 完璧でないことを認める

- ささいな逸脱を責めない
- ほめすぎず、冷静に
- 完璧で居続けることは害になる

男女同権。でも対応には配慮を。

3. 人と同じにできなくてもいい。できることをのぼそう

多様性を認め、
個性の尊重を



多様性を認め、個性を尊重



- できない現実を受け入れ、できることをのぼす

「確かに英語が苦手なようだね。でも、誰にでも優しく
できるところ、とってもいいよ」

- 自分はできるという自信を育てる

注目する、認める、ほめる、共感する

- 違いを認め、一人一人を尊重しましょう

- きょうだいそれぞれのよいところを認め、伸ばす

できない部分ではなく、
できているところを認めてあげてください

自己理解：自分を「知る」こと

- 目標が達成できた、約束が守れた！

賞賛

承認

- 「自分是可以る」

自己肯定感

- 「◎◎は苦手。でも○○は得意なんだ！」

自己理解(自分自身を知る)



どんな小さなことでも成功体験が自己理解となり、
将来の生き方をきめる(キャリア教育)

4.自己決定とは 親が口を出すこと



自分で考える
自分をコントロールする意志の強さ

自己決定の重要性

昭和の教育観

- 大人の言う通りにしていれば「いい子」

令和の時代は自分で人生を決める

- 進路、仕事、結婚相手

きめ方、選び方、解決の仕方を一緒に考える



「子どもの自由に」は誤り
情報を集める、話し合う、意見を言う

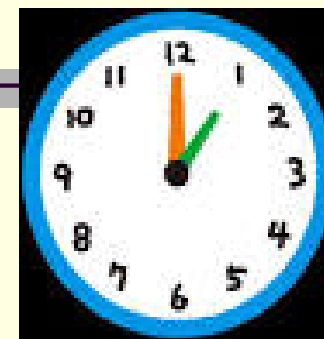
「出かけるけど、電車にする？ バスにする？」

「電車だと10分で着くけど15分歩くよ」

「バスは20分かかかるけど、バス停からすぐ」

何を一緒にきめますか？

- 生活の時間(時間の管理など)
- スマートフォンの購入・使用
- インターネットの利用について
- お小遣いの金額と使い道
- 休日の過ごし方(外出、外泊)
- 部活動や習い事
- そして、



高校進学、進路が最も重大な自己決定です
情報収集し、意見を出し合い、適切な選択を

自己決定の構成

自己管理

学習準備、授業の受け方など、
具体的に教える

自己解決

自分で解決できるよう、
そばについてヒントを出す、
気づきを促す

自己主張

適切な言い方、
態度と一緒に考え、
練習する
してほしいことを訴える

自己理解

うまくいったこと、
できることを意識させ、
自分の良いところに気づかせる

自己肯定感

自分の人生、これからの社会は自分で決められる

皆さんはどうですか？

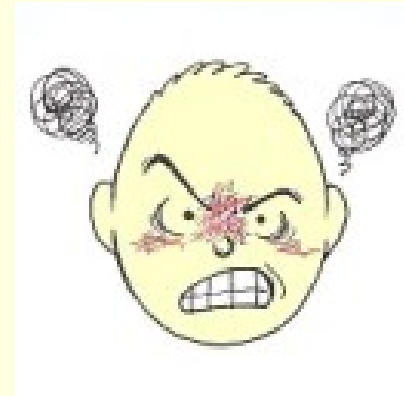
自己決定の自己評価

- 家族や知人と食事に行ったとき、食べたいものをすぐにきめられる
- 自分の収入に見合った買い物をしている
- 気が進まない飲み会の誘いを上手に断る
- 自分の苦手なことを認め、必要に応じて助けてもらっている
- 仕事がうまくいかななくても、「運」や「政治」などのせいにしない

いくつ「はい」がありますか？

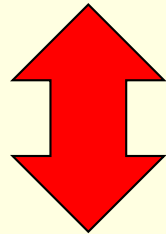
5. 問題行動につきあいましょう

問題行動への
有効な対応の仕方



反抗期：みんなが乗り越える大事な経験

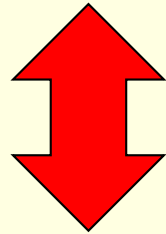
- 子どもの自分：親を頼らなければならない



矛盾、葛藤

- 大人の自分：親を頼りたくない、自立したい

- みんなと同じでありたい



矛盾、葛藤

- みんなと同じでは満足できない：アイデンティティ

子どもの問題行動の意味

- 子どもの問題行動は間違った自己主張

反抗、暴言、無視、ルール違反…

- 何を訴えたいのか、よく話を聴くこと

- 問題行動を正すのではなく、正しい自己主張を教えること

わからないときに大騒ぎ

「『教えて』って、言うんだよ」

話をよく聴く

「～してはいけません」 → 「○○しましょう」

叱る



■ 人を責めない、行為を責める

「出したものを片付けないことが、許せない」

■ ルール違反であることを告げる

○「約束と違うよ」、×「だめじゃない、そんなんじゃあ」

■ 感情的にならず、冷静に

自分自身が、クールダウンの方法をきめて実行する

■ 指摘はひとつに限定

×「だいたいあなたはね、いつも・・・」

罪を憎んで、子どもを憎まず

問題行動への心構え



■ 「良い子」に育てるマニュアルはない

「良い人」に育てる努力の過程が大事

■ 「必ず良くなる」を信じること

うまくいかなくても、一緒に揺れてください

■ ときには毅然とした態度を

ルールや対応をきめたらその対応を続けること

これらを信じて、子どもと付き合っていけば、
いつしか良き人に育っているはずです

毅然とした態度

- きめられたルールを厳守し、絶対に譲らない

親が子どもの持ち物を点検することは
親の権利であり当たり前なんだ

- 一人の人間として尊重し、信頼する

でも、私はあなたを信用している
あなたに黙って点検することはしないようにする

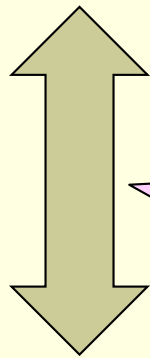
- 話し合うことの重要性を示し、約束する

困ったときはどんなことでも相談してね！

強い意志、信頼する態度、話し合いの継続

大切なこと

- 毅然とした態度



- 自己決定

コミュニケーション

問題を共有
一緒に調べ、考え
お互いが納得する決定を！

例：問題行動を正す

今まで

- 教師：「授業中立って歩いてはいけません」



これから

- 教師：「あなたの授業中の態度、どう思う？」
- 子ども：「立って歩くことができます」
- 教師：「これからはどうすればよい？」
- 子ども：「座って先生の話聞きます」
- 教師：「じゃあ、約束を書いてみよう」

6. 自己決定と見守り



かかわりの姿勢

■ 守る

子どもの意思にかかわらず、保護する・援助する

■ 見守る

子どもの申し出があった時に援助する
申し出がなければ、援助しない
子どもの自己決定を尊重する・支援する

■ 見捨てる

子どもの申し出があっても援助しない・助けない

見守るためには(私見)

- 自分も、何か仕事や作業をしている
 - 「見られている」と感じさせないように
- 子どもたちのいつもの様子を知る
 - さりげなく観察
- いつもの様子やパターンからの逸脱に気づく
 - 表情、態度、ことばづかい…
- 適切な声かけを
 - 「どうしたの?」「学校で何かあった?」

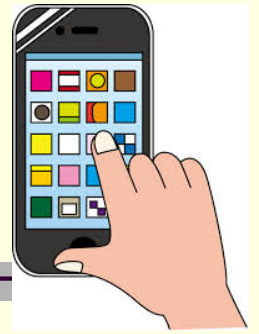
子どもからは「見えない」存在だけど、すぐに対応できる人

7. ネットと メディアリテラシー



ICTとうまくつきあい、情報化社会を生きる

スマホ、タブレット、どうする？



- 友達とつながる、心のよりどころのツール

今の子どもから取り上げることはできないのでは

- 自己決定、自己管理の重要性

必要かどうか、使い方、ルールを話し合ってみる

- 管理者は「親」

常識と法律、リスクを具体的に教える
ルール違反に毅然とした態度がとれますか！

スマホを全否定しない
ルールをきめ、守っていることをまめに評価すること

とはいっても、基本は親子関係

- 子どもと、直接のコミュニケーションを大切に

対話を習慣化する

- 子どもの話によく耳を傾け、

まず、「聴く」、から始めること

- 子どもの生活に関心を持ち、

「見守り」の精神で。

- 子どもの気持ちを受け止めてあげること

直接のコミュニケーションで、スマホ依存に勝てます！
スマホは子どもの話を聴いてはくれません



8. 人とのつきあい方を わかりやすく教えましょう

仲間の存在と人付き合いの大切さ

人とのつきあい方を教える

レベル1	日常のあいさつを交わす (人として最低限の付き合い)
レベル2	日常生活に関する話題を共有する (勉強、部活など、事実に関すること)
レベル3	日常生活の裏に関する話題も共有する (悪口、恋愛、進路、軽くヤバイ話など)
レベル4	メンバーだけの秘密を共有する (悩み、価値観、人に言えないことなど)

嫌いを認め、レベルにあったつきあい方、距離の取り方を具体的に教える
いじめが犯罪であり、卑しい行為であると教える

帰属集団(自分が所属する集団)

- メンバーからの承認が得られる

認めてもらえる→自己肯定感

- 行動様式を学習する

年齢相応のソーシャルスキル

- 自分らしさ(アイデンティティ)の確立

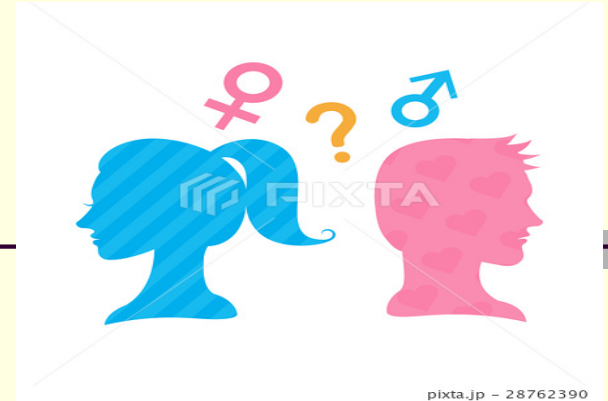
自己理解、自己実現へ

- 居場所の提供

安心感、やすらぎ

中高校生にとって、友達は宝物。干渉ではなく関心を持つこと

性について語る



- 同じ人間として尊重する姿勢
- 男女の違いを尊重する姿勢

立場の違い、もののとらえ方の違い、感性の違い

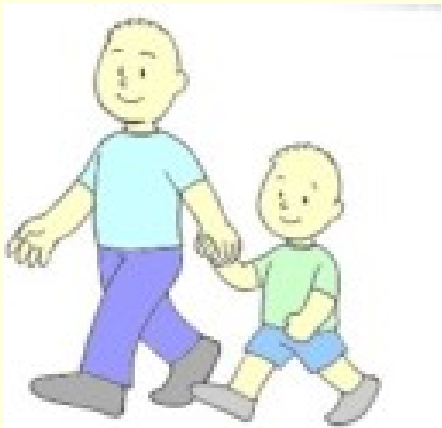
- きちんとした情報を

男子へ: 性(行為)に関する基本的な倫理道徳

女子へ: 男子に好かれることと、性行為をさせることの違い

ネットからの不適切情報に浸らせない
聞かれたら誠実に答える(いっしょに考える)姿勢

9. 大きくなっても、 親と一緒に活動しましょう



共通体験の大切さ

大事にしたい「共通体験」

- 子育ては時間の共有、体験の共有
- 共通体験を通じて、相手の気持ちが分かるようになる
- 共通体験は「ひきこもり」をまねかない



一緒に遊ぶ
一緒に食べる
一緒に働く
一緒に話す
一緒に笑う

子どもの話につきあう
子どもの意見を認める

日常生活を共に過ごし、ともに楽しみましょう

父親を対象とした研究から



■ 幼児期

- 子どもと遊ぶことで言語発達や社会性育成に効果

■ 学齡期

- 子どもとじっくりかかわることで問題行動抑制に効果

■ 思春期

- 父親の存在が逸脱行動を抑制し、情緒と生活の安定に効果
- 特に女子の場合は性的逸脱抑制の効果がある

イベント、それは手軽な共通体験

- みんなで共通の楽しみを!

季節の行事、地域の行事、誕生日、特別な日、...

- みんなで準備、みんなを楽しむ

飾り付け、料理、プレゼント、...

- 単発で終わらず、継続することが大切



メリハリのある日常、そして話題作り、思い出の共有
あわせて「生活スキル(技能)」を教えることができる

10. 相談することで 親も成長する



相談することは、
恥ずかしいことではありません
「みんなで子育て」が重要

自分の子だけでは
なく、他の子も
褒める

あなたを支援してくれる人は？

- 身近な支援者
 - 愚痴を聴いてくれる人
 - 援助してくれる人
 - 身内
- 学校
 - 先生方
 - スクールカウンセラー
- 相談機関
 - 新潟市





チェックリスト

1. 落ち着いてお子さんの成長を受け止めていますか
2. お子さんにしょっちゅう声をかけたり、褒めたりしていますか
3. お子さんの「ウリ」を認めていますか
4. お子さんと話し合っ物事をきめていますか
5. 問題を起こしたとき、言い分を聴いていますか
6. お子さんの普段の様子を知っていますか
7. ネット利用のルールがありますか
8. いじめや人付き合いのしかたを話し合っていますか
9. 家族で定期的に楽しむイベントがありますか
10. 愚痴を聴いてくれる人はいますか



(お節介な) チェックリスト

1. 相手の仕事や趣味に関心を持っていますか
2. 一日1回は、お互いについての会話をしていますか
3. 相手の親を大切にしていますか
4. 伝えたいことは、子どもではなく、直接伝えていきますか
5. 相手を全く忘れる時間がありますか
6. 隠し事をしない努力をしていますか
7. お互い、子どものウリを認めていますか
8. 家族で(夫婦で)定期的に楽しむイベントがありますか
9. 時には相手の愚痴を聴いていますか
10. 自分は相手の人生の脇役だと思えるようにしていますか

長澤個人の見解です。すべて守ってもうまくいく保障はありません。
守っていなくてもうまくいっている夫婦はたくさんあると思います。

長澤研究室



特別支援教育・発達障害の情報
講演会の資料

