

子どもを支援するキーワードは「セルフエスティーム」

セルフエスティームとは

セルフエスティーム(self-esteem)という言葉が、最近のLD・ADHD等に関係する本の中で多く使われるようになってきました。日本語では「自尊感情」とか「自尊心」と訳されることが多いようです(esteemとは、「貴ぶ、重んじる、尊敬する、尊重する」という意味です)。

本手引書では「自分に対するイメージについて自分の価値を評価し、自分を大切にしようと思う気持ち」という意味や、「自分を肯定的に認め、自分に自信をもち、自分に確かな力があることを誇れる気持ち」という意味で使います。また、自己肯定感、自己有能感という意味を含む言葉としても使います。

LD・ADHD等のある子どもは

失敗やつまずきを繰り返していると、
「がんばってもできないから、自分はダメだ」
「どうせ私なんかうまくいかないんだ」
という気持ちになり、セルフエスティームが低下します。



算数でいつも失敗していると、失敗していない社会や理科に対しても学習意欲が低下していくことが知られています。この状態を「学習性無力感」と呼びます。

LD・ADHD等のある子どもは、どうしても失敗やつまずきを繰り返すことが多くなるため、セルフエスティームの低下した状態になっていることが多くなります。

逆に「できた」「成功した」と満足したり、周囲から「認められる」「褒められる」ことを積み重ねたりしているとセルフエスティームは徐々に高まっていきます。

セルフエスティームは自分を高める原動力

歌うことが得意な子は、得意な歌に思い切り取り組めるようになることで、歌う力が伸び、歌う力が伸びた自分に満足し、自信をもって楽しい日々を送ることができるようになります。

また、苦手だと思っていた算数でも、教員が教え方を工夫することで、驚くほど分かりやすくなることがあります。そうすると「算数だって大丈夫」という自信と意欲が生まれてくるはずです。

このようにセルフエスティームが高まってくれば、ほかのことにも挑戦しようという気持ちが沸き起こってきます。セルフエスティームの高まりは自分を高める原動力になるのです。

セルフエスティームを高める支援の輪

しかし、LD・ADHD等のある子どもに対して、セルフエスティームが高まる支援を、担任一人の力で進めることは容易ではありません。子どもを中心に何人もの関係者が連携する必要があります。

実際の支援は、困っている子どもやその周囲の子どもに向けられますが、その支援を可能にするのは校内教職員の協力体制、つまり校内支援体制です。更に、校内だけで解決できない時には、校外の専門家等に連携の輪を広げていく必要があります。そのすべてを支えるのが、こういった子どもたちに対する社会からの理解ということになるでしょう。私たちはそのための啓発活動を行う必要もあります。

私たちが願うのは、子どもが自分自身に夢と希望をもち、その子なりの花を咲かせることです。そのためには、子どもを取り巻く支援の輪が、彼らの「セルフエスティーム」を高めるように機能しなければなりません。