そのだ南

尼崎市立園田南小学校
学校便り　第 １１ 号
平成３１年２月１日

HPアドレス　www.ama-net.ed.jp/school/E45/index.html

あるがままを認める大切さ

校 長　佐藤 喜代子

子供が育つ背景が、子供の脳の発達にまで影響を及ぼすというハッとする内容を目にしました。自分自身を振り返ると、幼少期の「負の記憶」は大人になった今でも鮮明に覚えているもので、人格形成に大きく影響を及ぼしていることに気づかされます。

子どもの心と脳に深刻なダメージを与える面前ドメスティック・バイオレンスは心理的虐待として児童虐待防止法で認められている。この面前ＤＶは、年々増えているという。児童相談所への相談件数のうち面前ＤＶは約半数を占める。家族がけんかしているのを毎日目撃し続けると子どもはその光景が頭から離れず、不安と恐怖でいっぱいになる。成長したときにＰＴＳＤ（心的外傷後ストレス障害）を発症することも少なくない。というのも面前ＤＶを受け続けることで子どもの脳が傷つくことが研究で明らかになったと報告されている。（視覚野の一部が萎縮して記憶力や学習能力が低下したり、海馬や扁桃体に異常をきたして不安や怒りを感じたりしやすい。つまり歪んだ言動や学習の遅れなどの影響を受けやすくなる）【 NHK クローズアップ現代＋ より】

怒鳴り合ったりしなくとも口をきかない家族の間で育つ子どもは、社会人になると人の顔色をうかがうようになり、対人恐怖症になるケースもある。家族の冷戦状態もまた、子どもに「自分ががんばらないと」という負担をかけ、歪みを生じさせてしまう。また、共働きが多い現況では、働く親たちのストレスや、育児や家事の負担がどうしても家庭内の不和の原因となり、子どもの睡眠の妨げになったり結婚に否定的な考えを持つようになったりする。家庭内でも相手に求めるばかりではなく、自分が変わることの大切さを知ってほしいというものでした。【 参照： Her Story　Nov .2018 】

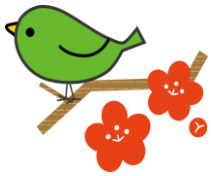
とかく生きづらい世の中をよく生きるためのカギとして「自己肯定感」に着目してきた心理臨床家の高垣忠一郎さんは、いろいろな人と向き合うことでこう書かれています。

多くの人が抱くのは「競争的な自己肯定感」である。他人と比べて優れていること、他者に勝つことによって得られる自己肯定感のことをいう。競争社会の中で常に他者と比べるくせがついていて、人から評価されることで自分の存在を肯定できる。しかし、そういう自己肯定感はもろさを伴っていて、競争に負けたらすぐに劣等感や自己否定に変わってしまう。またそうなる不安を消すために、他者を否定して自分の優位を確かめようとする行動もある。もうひとつの自己肯定感は、あるがままの自分を認め、自分は自分で大丈夫と思える自己肯定感である。弱いところ、ダメなところがいっぱいあるけど、そういう自分をかけがえのない存在として感じることができ、「共感的な自己肯定感」とよんでいる。この肯定感は安定していて揺るがないものであり、前者と違うのは他者もかけがえのない存在として尊重できることである。家庭の愛情をはじめ、何があっても大切にされる体験を積み重ねる中で、共感的な自己肯定感はふくらんでいく。子供をほめて育てようと言うけれど、ほめるのは部分的な性能や行動への評価。むしろ「ゆるされる」ことで子供の心は育つ。大人も共感的な人間関係を意識して作っていく方がいい。

日本の社会は、近年ますます生きづらくなって競争社会の中で自分を押し殺して生きている人が多く、期待にこたえようとして頑張りすぎて心身に変調をきたす人が多い。世の中のストライクゾーンが狭すぎる。学校でも社会でも「明るく元気に前向きに」ばかり。もっと、あるがままに自分を表現していい。弱音を吐いていい。封じ込めている気持ちをことばにすることが大事である。　【読売新聞 平成 31 年 1 月 9 日 より】

日常生活でどうしても子どもや他者に多くのものを要求してしまう自分がいます。そのときに、ひと呼吸おいて、少しでも共感的な自己肯定感に結びつくような声かけや関わりができることが子どもにとっては何よりの栄養になることを再確認してほしいと願っています。

インフルエンザが猛威をふるっています。体調管理にはくれぐれも気をつけてください。



2月　行事予定

1日（金）	地区バスケットボール大会	諸費振替日	17日（日）		
2日（土）			18日（月）		
3日（日）			19日（火）		
4日（月）	朝礼		20日（水）	5年生社会見学（造幣局・朝日新聞社）	
5日（火）	児童会役員選挙（6校時）		21日（木）	学校保健委員会（6年生・保護者）5校時	●
6日（水）	委員会活動　6年生演劇鑑賞		22日（金）	地区別集団下校（6校時）	
7日（木）	代表委員会　3年生環境体験学習（上坂部西公園）	●	23日（土）		
8日（金）	新1年生入学説明会（10時～）		24日（日）		
9日（土）			25日（月）		
10日（日）			26日（火）	5･6年生･ひまわり学級 参観（5校時）懇談（6校時）	
11日（月）	建国記念の日		27日（水）	1～4年生 参観（5校時）懇談（6校時）　6年生部活体験	
12日（火）	ひまわり･5年生交流会（3校時）		28日（木）	6年生を送る会	●
13日（水）	クラブ活動	諸費振替日	3月の主な行事予定		
14日（木）		●	15日（金）給食終了　　26日（火）春季休業日（～4月7日（日））		
15日（金）			20日（水）卒業証書授与式		
16日（土）			25日（月）修了式		

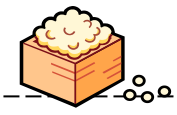
● 教職員定時退勤日

３学期生活目標

感謝の気持ちをもって、心豊かに過ごそう

２月のめあて

時間を守って行動しよう



お知らせ

校内でインフルエンザが流行し、学級閉鎖になったクラスも出ています。ご家庭でも以下のことに気をつけていただければと思います。

〇石けんでの手洗いの習慣をつけること。

〇体の抵抗力をつけるため、バランスの良い食事・十分な睡眠など、規則正しい生活習慣を身につけること。

〇登校前に健康観察をすること。

熱がなくても、登校後に体調がわるくなることも考えられます。顔色がわるい、頭痛・腹痛があるなど気になる点があった場合は、無理せず休養をとってください。登校できる場合でも、連絡帳などでの連絡やいつでも電話がつながる体制を整えてください。よろしくお願いします。

【お知らせ】

新聞報道もありましたように、いよいよ校舎増築工事がスタートしようとしています。ご不便やご心配をおかけしますが、安全を第一に進めてまいりますのでご理解とご協力をよろしくお願いいたします。