

自信がなくなった時こそ、 自分のよいところを思いだそう

全日本特別支援教育研究連盟 研究部長 山中ともえ



今回のでこりんぽん!のテーマは「自信がもてる発明品」です。

片付けが苦手な子供の話はよくあります。ランドセルや机の中が整理できずに、必要な物が見つからなかったり、忘れ物につながったりします。本人も、そのことに気がついており、何か工夫をしたり、周囲の人が助けてくれたりしますが、なかなかうまくいかないことが続くと、せっかくある自分のよい所に気づかず「どうせ自分なんて…」と否定的な気持ちが強くなり、だんだん自信がなくなっていきます。しかし、人間誰しも、自分の良くない点ばかり気にしていると、意欲も減退するし、生活自体が楽しくありません。誰にでも、長所と短所はあり、その長所を再確認し、自信を復活させていく発明品が今回のお話です。

でこりんは、ぼこすけが出かけている間に、散らかっている部屋を片付けると約束していましたが、うまくいきません。ぼこすけが片付けるからと言っても、でこりんには他のものが目に入り、結局、片付けの邪魔をしてしまいます。そのことに自分でも気がつき、自分のだめな面ばかり思い出し、どんどん自信をなくしていきます。そこで、ポンが発明の得意なでこりに「チョウいいね」という発明品を作ったら、と提案します。

この「チョウいいね」は、人のいいところを引き出し、ご褒美として、いいところが書いてあるメダルを首にかけてくれます。「チョウいいね」がでこりんのいいところとして、「やさしいところ」と言うと、ぼこすけは「がんばりや」、ポンは「えがおがステキ」「まけずぎらい」「ありがとうとごめんねがいえる」と次々と出てきます。それを見ながら、でこりんはやる気をだし、片付けを始めました。

しかし、そうは言ってもうまくいく時ばかりではありません。やはり自信が続かなかったり、失敗経験を重ねてしまったりすることもあります。そこで、「チョウいいね」が、過去にできなかったことができるようになった記録「でこりんしゃしん」を用意してくれました。成功したことを目で見て、思い出すことで、再び自信につなげることができたのです。うまくいった体験を思い出すことも大切なことです。その時の気持ちがよみがえってきます。

また、でこりんは、せっかく片付いたのに、「手伝ってもらったから…」と少し自信をなくしかけました。でも、ポンは、「大丈夫、人の力を借りても『できた』という体験が大切」と言っています。できないことをできるように努力していくことは大切なことですが、意外と自分のよいところに気がついていないこともあります。家族や友達からよいところを指摘してもらったり、手伝ってもらってでも成功体験を積み重ねたりしながら、日々の生活に生かしていきましょう。よい所と直さなければならない所は裏返しな面もあり、よい所を伸ばしていくことで、直さなければならない所が小さくなっていくことも期待できます。自信をなくして嫌々取り組むより、自分のよい所を自覚して、前向きに取り組んでいけるようにしたいものです。