



園長だより

NO.8 R6.9.17 (Sun)

夏休みの期間中に、たくさんの研修に参加させて頂いたのですが、その中のひとつの講義で

「ありのままの自分～自己肯定感(自尊心)を育てる」という

テーマで、日本ウェルネススポーツ大学教授 近藤卓先生の講義を受けさせて頂きました。

自己肯定感とは熱気球と同じで、



社会的・精神的自尊心がどんどん膨らむ

ガスバーナーの熱風

- 褒められる → 一緒に泣いたり笑ったりする
- 認められる → 一緒に見たり聞いたりする
- 偉と言われる → 一緒に驚いたり悲しんだりする
- 好きと言われる → いつもそばにいてくれる
- たぶん温かい言葉がかけられる → ありのままにいられる

ありのままの自分

この全ての事項が、力強い自尊心に直結し、仮に風船がしぼんでも(失敗や挫折をしても)

バーナーさえしかりしていれば、立ち直る事が出来る。要は、「ありのままの自分」をいかに普段、認め受け入れて貰えているかが自己肯定感・自尊心の基盤となります。

その通りだな。大人も子どもも全く同じで、チクタク言葉に囲まれていると、卑屈になり、「自分は駄目な人間なんだ」「やっても無駄だ」と、どんどん負の連鎖を生み、意欲を

昨年の園長だよりNO.22(ホームページからバックナンバーが見られ

ます)にチクタク言葉とフワフワ言葉について掲載させて頂いています。

失い、失敗に対しても打たれてしまいます。ですが、フワフワ言葉に尊かれ認められ見守られる実感が、「ありのままの自分」という想い、自尊心に直結し、それがやがて「生きる力」に変っていき、その子の人生の力強い支えになっていくのだと思います。

日本は依然若者の自殺率が高く、特に10才～30才の死因順位の1位は自殺で、手段についても、飛び降りなど、突発的な手段が急増しているそうです。私は思うんですが、生きていく上で、全てが順風満帆というわけにはなかなかいきません。従って、挫折は必要だと思うんです。その挫折から次は頑張ろうとする一歩踏み出す力、そして踏み出した後の乗り越えられたその経験が、更なる力になって、自己肯定感の基礎になっていくのだと思います。更にそれを支えるのは、やはり見守られている、愛されている実感、認められている安心感、それが何よりの基盤ではないかと思うんです。

講師の先生が最後に言ってくれた言葉がとても印象的で……

人は生まれた瞬間、その「生」を待ち望んでいた人に囲まれ、差し伸べられた温かな両手で支えられ、そのぬくもりが瞬時に赤ちゃんに伝わり、赤ちゃんは全身で「生まれてきて良かった」事を体感する。

その手のぬくもりは、絶大な力があるんです。

「荒い日常、ついつい「早くしなさい」「もう何回言ってるの」という負の言葉と共に、イライラしてしまいがちではないかと思いますが、

生まれてきてくれた事の原点に立ち返り「ありのままにいいんだよ」という

我が子を見つめ直してみませんか？

私もこの研修を受けさせて頂き、保護者様や子ども達に
囲まれ、いかに自分がたくさんの人に囲まれ支えられているかを
実感すると共に、子ども達一人ひとりの

「ありのまま」を見つめ直し、必ず声に出して褒め認めていってあげたいと改めて
強く思いました!!!

紗穂先生が復帰してくれま〜す!

「そのままでいいんだよ」
「頑張ってるね」
「よくやったね」
「いつも見てるよ」
「大好きだよ」

しとろようちえんのみんなへ

みんなー!! おたすけまんごうの
さほせんせいだよー!! あからやんのおせわの
ために「ねんかん おやすみ」もらっていました。
こんしゅうからついに! しとろようちえんに
もどってきます!! おやすみのあいだも
ようちえんに あそびにくると
げんきいっぱい (はなしかけてくれた
みんなに たこせん (ワ) をもらって
いました。これからは さほせんせいから
みんなに たこせん (ワ) を おこらせようぞ!!
これからまた みんなとまいる いしに
すごせることに ワクワクしていますよ!!

保護者の皆様へ

保護者の皆様が温かく見守って下さったおかげで
あ〜いう間ながらとても充実した育児期間を
過ごしました。また大都市幼稚園に戻ることが
出来ました。子どもの成長を本当にびっくりする
くらい早く、一緒に過ごせる毎日を宝物
です。5年振りの赤ちゃん育児が楽し
い、嬉しい、改めて強くそう感じました。
そんな可愛い子ども達の大切な時期を
大都市幼稚園と一緒に過ごせることが出来て
とても幸せです。愛情いっぱい、笑顔いっぱい
大切なお子様達のお助けを!! を願って
いますので、宜しくお見守りください。



改めまして...
寺: 紗穂
らさおさほ
こ人は先生です!!

好きな食べもの
わかまき
ねごろうまき

好きなこと
お天かき
(ピラ)

好きなテレビ
7チャンネル
おかあさんといっしょ
(ゆかりちゃんといっしょおひさま)

おうちでは
5さいのおんなのこと
!さいのおとこのこと
22だよー!!

にほんおはなして
たこせんあそぼうね!!

また、たくさん一緒に遊びましょうね!!