



舞鶴市立新舞鶴小学校だより

令和6(2024)年7月2日発行

白糸中学校区「目指す子ども像」

自ら学ぶ子・人とつながる子

心も体も鍛える子・ふるさとを愛する子

学校HP



## アイメッセージとユーメッセージ ～自己肯定感を育む～

「アイメッセージ」と聞くと、スマートフォンに詳しい方なら、iPhone のメッセージ機能を思い浮かべる方もいるかもしれませんが、今回はそれではない「アイメッセージ」と「ユーメッセージ」のお話をさせていただきます。よりよい人間関係を築く一つの方法として紹介されることが多いですが、私は、この「アイメッセージ」は、大人から子どもへ声をかける際に、「自己肯定感」を育むのにとっても有効ではないかと考えます。

相手との会話の際に、主語を「私」にして話す話し方のことを「アイメッセージ」と言います。逆に「あなた」を主語にして話すのが「ユーメッセージ」です。例えば、人に何かをさせようとするときに、「ユーメッセージ」で伝えた場合、「あなたは～をなささい。」となります。しかし、「アイメッセージ」で伝えると、「私はあなたに～をしてもらえたらとてもうれしい。」となります。かなり受け取め方が違ってきます。「ユーメッセージ」が常に不適切かという、そうとは限らず、それぞれにメリットとデメリットはあります。

私が特に着目したいのが、「アイメッセージ」を使って伝えることによって、「他者貢献」への充実感が増すことです。学校や家庭で、子どもが何か人のために行動したとき(その行動をしっかり把握することが、まず前提として大事です)に、「ありがとう」だけでなく、その後に「あなたが～してくれたおかげで、私はとても助かったよ。」と付け加えることによって、その子は「行動してよかった。人のために行動するって気持ちいい。」と実感するのではないのでしょうか。小さな事かもしれませんが、この積み重ねが、「人のために役に立てる自分」というものを感じ、それが「自己肯定感」の向上につながっていくと考えます。



何事にも一生懸命取り組める。人にやさしくできる。自分も他人も大切にできる。これらのことは、子どもたちに身に付けたい力ですが、その力の土台として、自分のことを肯定的に受け止める力「自己肯定感」が必要です。日々の小さな言葉がけから子どもたちの自己肯定感を育み、より向上させるためにも、ぜひご家庭でも「アイメッセージ」を使ってみていただけたらと思います。

また、「アイメッセージ」は、子どもがとった悪い行動について、深く反省させる言葉がけの側面も持っています。子どもの不適切な行動に対して、「私はとても悲しい。とても傷ついた。」というように伝えると、自分がしたいいけないことは、その相手だけでなく、自分を信頼している人までも傷つけてしまうことに気付き、深い反省につながることもあります。どちらの使い方をするにしても、「アイメッセージ」が効果を発揮する条件は、両者が深い信頼関係でつながっていることです。学校としては、担任と子どもたちの深い信頼関係の中で、子どもたちのよりよき成長を促していきたいと思っております。



7月に入りました。この間、新学年がスタートしたと思っていたら、もう1学期も最後の月を迎えました。本当に月日の経つのは早いです。7月は、1学期のまとめです。1学期の学校生活を振り返り、成果は確実に自分の力として身に付くよう、課題は少しでも克服できるように、残りの日々をしっかりと生活させたいと思います。そして、気持ちよく夏休みを迎え、さらに充実の2学期へとつないでいきます。7月も保護者・地域の皆様の変わらぬご支援をどうかよろしくお願いいたします。

校長 亀井敬介 教職員一同



### <熱中症に注意!!>

近年は、体温を越すような気温の日もあるぐらい夏の異常気象が頻繁に起こっています。このような時に心配なのが、「熱中症」です。7月を迎え、ますます気温の上昇が起こります。学校では、定期的に「暑さ指数」を計測しながら、子どもたちの安全を第一に考え、教育活動を行っていきます。ご理解とご協力をお願いいたします。