



～ 夢ひとすじに ～
宮原中だより
学び 磨き 鍛え 羽ばたけ

令和 6 年度 第 9 号
令和 7 年 1 月 7 日 (火) 発行
さいたま市立宮原中学校
ホームページアドレス
<http://miyahara-j.saitama-city.ed.jp>
メールアドレス
miyahara-j@saitama-city.ed.jp

『「ほめる」よりも「感謝する」～アドラー心理学の子育ての名言～』

校長 田 中 和 浩



新年あけましておめでとうございます。本年も、よろしくお願いいいたします。

生徒や保護者のみなさま、地域のみなさま、教職員のご多幸をお祈り申し上げます。

さて、「ほめて伸ばす」教育は、いまだ効果のあるものだと思いますが、アドラー心理学では「ほめずに感謝」「叱らずに考えさせる」ことの価値について述べています。「お手伝いできて偉いね」ではなく「お手伝いしてくれてありがとう」。「なんで挨拶ができないの」ではなく「どうしたら挨拶ができるようになるかな」というように。「よくできたね」とほめるものではありません。「ありがとう、助かったよ」と感謝の気持ちを伝えるのです。感謝される喜びを体験すれば、子どもは自ら進んで貢献を繰り返すというのです。

自分が行ったことに対して感謝の言葉が返ってきたとき、人は喜びに満たされ、自己信頼を感じることができるようになります。それと同時に、相手に対しても信頼感を持つものです。

「感謝する」のと、「ほめる」のとでは、言葉を受け取る側の印象が変わります。「感謝」は横から目線に感じ、「ほめる」は上から目線に感じませんか。

上から目線で「ほめられる」よりも、横から目線で「感謝される」ことの方が、自己信頼と他者信頼にははるかに有効であり、「貢献と感謝の体験を増やすことが共同体感覚を養う上で最も大切なことなのです。」と、アドラーは言っています。

中学生くらいの子供は、大人になろうと必死にもがいている状態です。ですから、いま中学生のお子様をお持ちの保護者の皆様には、お子様との関係を見直す時期が来ていると言えるかもしれません。小学校時代の親子の関係が「大人と子ども」であったとしたら、徐々に「大人と大人」の関係を構築する時期が来ているのかも知れません。そのようなとき、子どもが自分の行動に対して自分で責任を持たなければならないことを実感し、自分の行動を見つめなおす機会をつくってあげることをしてみてはいかがでしょうか。このような経験の繰り返しが、子どもの自立心を育てていくことにつながると思います。

ただし、子どもが絶対にしてはならないことをした場合は、厳しく叱ることも必要です。友だちや流行に影響を受けやすい時期なので、周囲に流されて一緒に悪いことをする場合もあるかもしれません。そういう時は「ダメなことはダメ」と断固として譲らずに禁止することも必要でしょう。子どもが禁止の理由を理解できていない場合は、そのことをしっかりと説明しましょう。普段から、大人として扱っているからこそ信頼関係が構築され、いざというときの一喝が子どもの心に響くということがあるのではないのでしょうか。

アルフレッド・アドラー（1870年－1937年）は、オーストリア出身の精神科医、心理学者、社会理論家として知られています。フロイトやユングと並んで、現代のパーソナリティ理論や心理療法を確立した1人です。個人心理学（アドラー心理学）を創始し、人間の社会性を重視する理論で知られています。