

# いじめをしない、させない子どもたちを育てるために ～ありのままの自分を認めませんか？～

## ☆ありのままの自分を認めるとは？

◇自分自身の持ち味、個性を大切に  
して、「自分は今のままでいいんだ」  
と思えることです。

## ☆ありのままの自分を認められ ないと・・・

- ・自分を否定し、自己嫌悪に陥りやすくなります。
- ・自分の子どもを受け入れることが難しくなります。



## 子どもがありのままの自分を認められるようになるためには・・・

### ○幼稚園～低学年までは・・・

☆愛していることを、言葉や全身で伝えることで、  
子どもは大きな安心感を持つことができます！

例：「愛している！」「大好き！」と伝える。  
ギュッと抱きしめる など。



### ○中学年～中学生は・・・

☆結果より、行動の過程を褒めると効果があります！

例：「〇〇点とれて良かったね！」のあとに・・・  
「コツコツ努力できるところがすごいね！」  
「本番に強いのがさすがだね！」など。



## ☆でも、一番大事なことは・・・

おうちの方が、ありのままの自分を  
認められるようになることです！

### ◇そのためには・・・

- ・子育てを人と比べず、頑張っていることを、自分で認める。
- ・時にはうまくいかないこともあるかも知れませんが、あせらずに子どもと接しましょう。

◇おうちの方が、おおらかな気持ちを持つことで、  
子どもにもおおらかに接することができるようになります！



子どものありのままを認めるためには…

まず、おうちの方が自分自身を大切にしてくださいね！

発行：米原市いじめ問題対策連絡協議会

(構成機関・団体) 米原市、米原市教育委員会、大津地方裁判所長浜支局、滋賀県彦根子ども家庭相談センター、米原警察署、米原市校長会、米原市少年センター、長浜市権利擁護委員協議会米原地区部会、米原市民生委員児童委員協議会連合会、米原市PTA連絡協議会、米原市子ども会育成連合会、米原市福祉事務所、米原市社会福祉協議会、米原地区更正保護女性会(順序不同)