



## 1. 目的

小中学生への自尊感情の影響と理想の状態を明らかにする

## 言葉の定義

「自尊感情」  
自分が自分をどう思うか感じるか  
「自己肯定感」  
自分のあり方を評価できる感情

## 2. 背景

- ・日本の子どもは自尊感情が低いと言われている
  - ・子どもの自殺率、不登校者が増加傾向にある
- 「自尊感情の本質を理解」することで伸び伸びと過ごすことができるのではないか。

## 3. 方法

調査① 論文、資料等



調査② フィールドワーク



考察・今後の展望

## 4. 調査結果

### ①. 論文、資料を用いた調査

〈低いとどうなるか〉

→ 誉め言葉を喜ばない、一人で行動できない

〈高いとどうなるか〉

→ すべてポジティブに、自分勝手など

理想的なのは？

**高すぎず低すぎない安定している状態!**

安定状態のメリットは？

- ・意見を聞けるし言える、極端に落ち込まない
- ・場面に応じてリーダーシップを発揮

自己肯定感が変化する時期

→ 小3～4年から中1年ぐらいに

大きく変化し始める

## 5. 考察(まとめ)

・高い=良い、低い=悪いではない!

調査結果①

**高すぎず低すぎない状態が理想的**

→どんな自分でも受け入れていればよいのでは？

・義務教育期間に自尊感情へ影響がある

調査結果①

→小中の時期が重要で一番影響がある

**～今後の展望～**

保護者や先生に理想の自尊感情について認知してもらい対策を調査し提案する

→家庭、学校向けにそれぞれベストな状態にするためのアイデアを提案

(例)

・結果だけでなく至るまでの「経緯・過程」も評価する

・他者と「比較」せず、「過去」と比べないように意識づける

## 4. 調査結果

### ②. 市教育委員会へ聞き取り調査(FW)

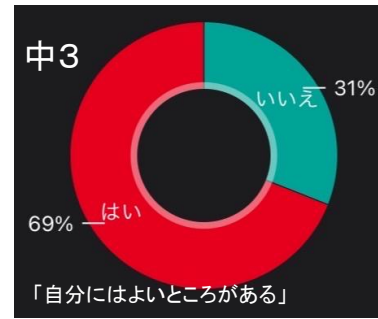
小学校14校:372人 中学校11校:410人

(1)自己肯定感、自他との関わりについて

Q.自分にはよいところがある



はい・73%  
いいえ・23%



はい・69%  
いいえ・31%

7割でも **全国割合より下**

### 参考文献

- ・自尊心が低い人の特徴&原因とは？自尊心が高い人になる方法を解説 <https://smardlog.jp/148933>
- ・日本の子どもたちは自己肯定感が低い、小学3年生と中学1年生に特に注意を <https://news.yahoo.co.jp/articles/20211002-01144492>
- ・自己肯定感、低いとダメなの？高い方がいいの？ [https://www3.nhk.or.jp/news/special/news\\_seminar/syu/katsu/syukatsu715/](https://www3.nhk.or.jp/news/special/news_seminar/syu/katsu/syukatsu715/)
- ・中田敏康のYouTube大学 - NAKATA UNIVERSITY 【自己肯定感①】が高まれば人生が楽になる。～きっと大丈夫～ <https://www.youtube.com/watch?v=6rxZU4EmM>
- ・宮城県気仙沼市教育委員会への聞き取り調査