

子どもの 自尊感情をどう育てるか

も・く・じ

プロローグ 3つの夢 … 3

第1章 自尊感情を育てる理論

- ① 自尊感情ってどんなもの? … 10
影の薄い子ども＝自尊感情の低い子ども? / 自尊感情って? / 自尊感情の4つのパターン / 自尊感情の理解をかかわりに活かす
- ② 自尊感情を育てると自分勝手な子が増える? … 17
低い自尊感情が問題に / 自尊感情を育むことは間違い? / Sbタイプを見逃さないで / 社会的自尊感情 (SOSE) がつぶれたら
- ③ 過酷な体験を乗り越えていくためのPTGとレジリエンス … 23
東日本大震災 / ストレス障害 (ASD・PTSG) / PTGとレジリエンス / 共に歩むこと
- ④ 「いのちの体験」の共有 … 30
絶望体験 / カウンセラーの資質 / 「いのちの体験」 / 共有体験の積み重ねのスタート
- ⑤ 自尊感情と自己肯定感・自己効力感との関係は? … 36
安定的か不安定か / 自尊感情と自己肯定感の関係は? / 自己肯定感などの概念
- ⑥ 基本的自尊感情 (BASE) を支え育てるもの … 42
基本的信頼 / 愛と禁止 / 共有体験 / 教育相談では

第2章 自尊感情を測定する

- ① 自尊感情の測定尺度、開発の歴史 … 50
ジェームズズからBASE・SOSEまでの約120年間 / ローゼンバーグの登場 / その後に続く研究 / 尺度・心理テストとは / 尺度の問題点

- ② 自尊感情の測定尺度「そばセット(SOBA-SET)」… 57
「そばセット」ができるまで／「そばセット」の開発／「そばセット」は18項目／「そばセット」の「セット」とは

第3章 自尊感情を育てる実践

- ① 共有体験（体験の共有と感情の共有）… 66
「実践」があつてこそ「理論」が意味を持つ／共有体験はどこに？／学校での共有体験は／授業以外にも機会はある
- ② いのちの体験をする「手首の上の綿棒」… 72
体験の最中の感情に焦点を当てる／「手首の上の綿棒」／五感と距離の関係／五感を使った共有体験を
- ③ 映像と物語での共有体験 … 79
共有体験をどう実現するか／映像を使う／絵本や物語を使う／三丁目に夕日が沈んでいたころ
- ④ 自尊感情を育てる授業に取り組んでみよう！ … 86
授業の概要／指導案の紹介／授業の成果と課題
- ⑤ 自尊感情を育てる実践に役立つ絵本リスト … 98

エピローグ 「いのちの教育」と自尊感情 … 104

“When I'm Sixty-Four”／「いのち」とは／「いのちの教育」と自尊感情／自尊感情の理論のおさらい／理論と実践の交わるところ