

# 令和2年度地域生涯学習活動実践セミナー

## 地域の未来を担う自己肯定感・ 自己有用感の高い若年層の育成



國學院大學 青木 康太郎

令和2年度地域生涯学習活動実践セミナー

地域の未来を担う自己肯定感・自己有用感の高い若年層の育成

## 〔講義3〕

# 自己肯定感・自己有用感とは何か

---

1. 自己肯定感とは
2. 子どもたちの自己肯定感の現状



そもそも、自己肯定感とは

何なのでしょう？

---

1. 自己肯定感とは

# 自己肯定感とは



## 自己肯定感

自分のあり方を積極的に評価できる感情や、自らの価値や存在意義を肯定できる感情などを意味する言葉

出典：実用日本語表現辞典

「これでよい」  
(Good enough)

「とてもよい」  
(Very good)

小学校高学年の時期に重視すべき発達課題の一つ

### 肯定的な感情

自信、積極的、有能感、できると  
いう気持ち、幸せな気持ち、自分  
を大切に思う気持ち

### 否定的な感情

劣等感、消極的、無力感、できないと  
いう気持ち、不幸でつまらないと思う  
気持ち、自分をみじめに思う気持ち

日本の子供たちは  
自己肯定感が低いと言われるが...

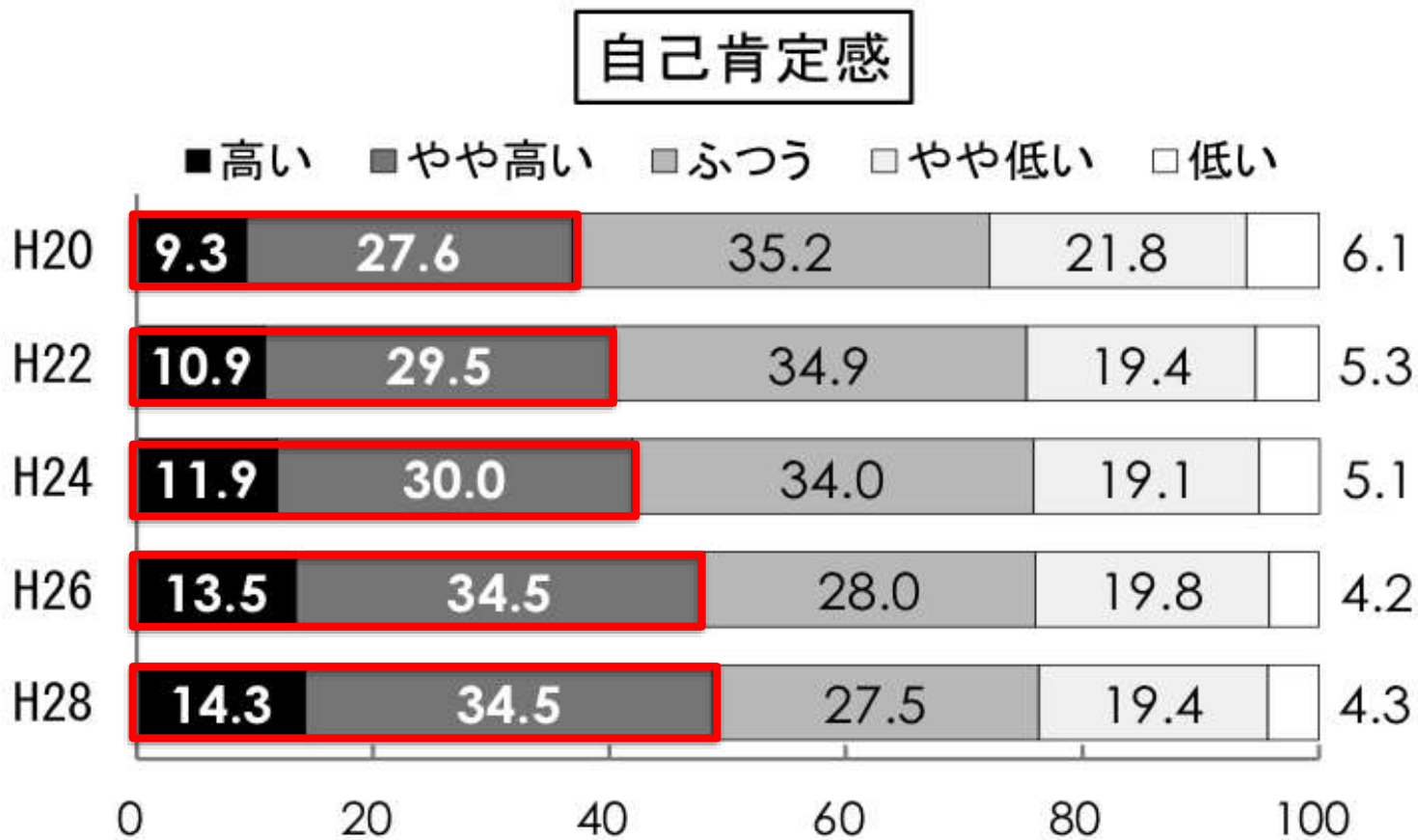


子どもたちの自己肯定感の現状は、  
どうなっているのでしょうか？

---

## 2. 子どもたちの自己肯定感の現状

# 子どもの自己肯定感は年々高くなっている



「勉強は得意な方だ」  
「今の自分が好きだ」

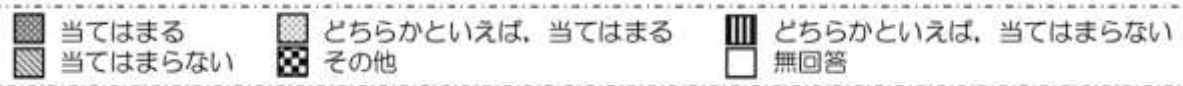
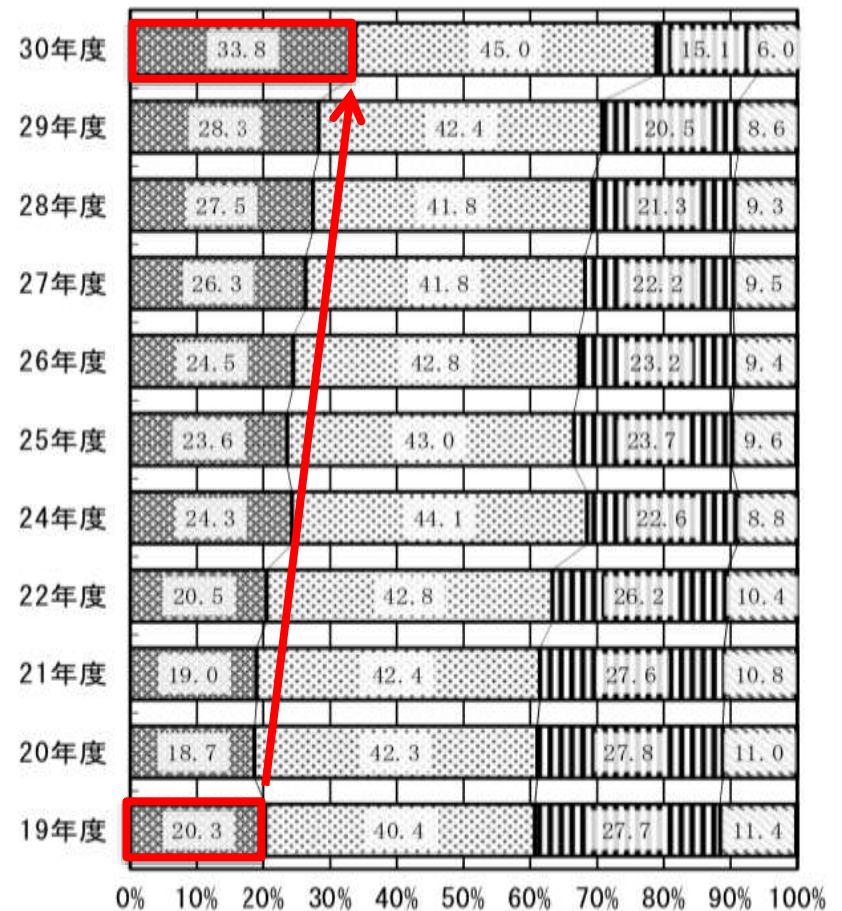
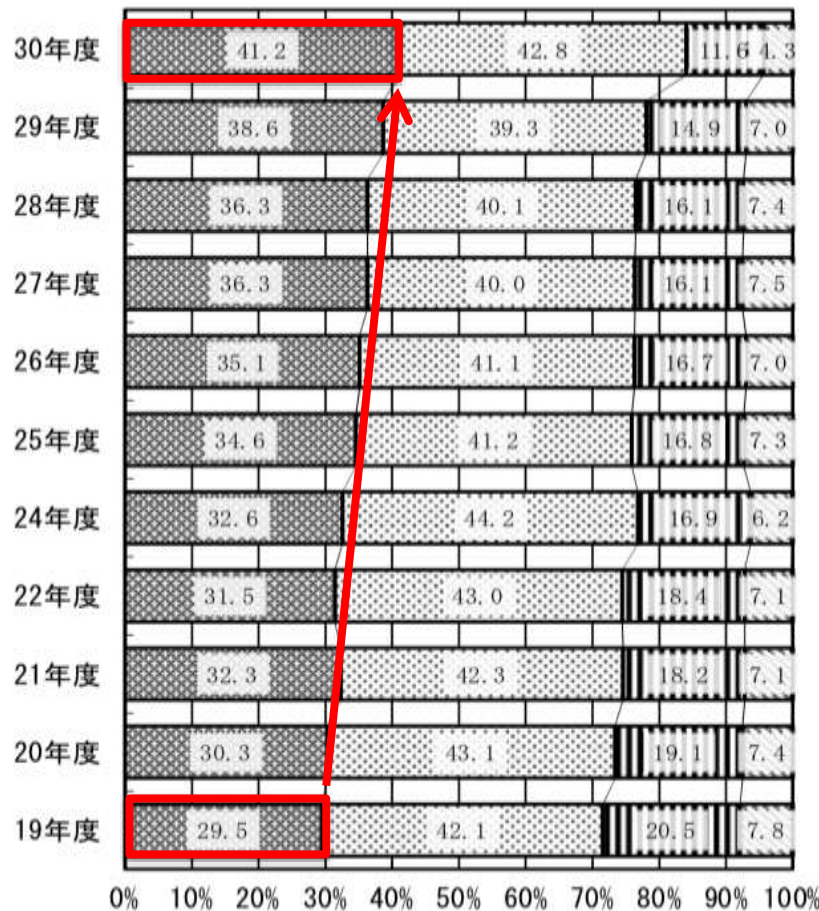
で同様の傾向がみられた

# 「自分にはよいところがある」 と 思っている子どもも年々増えている

小学校

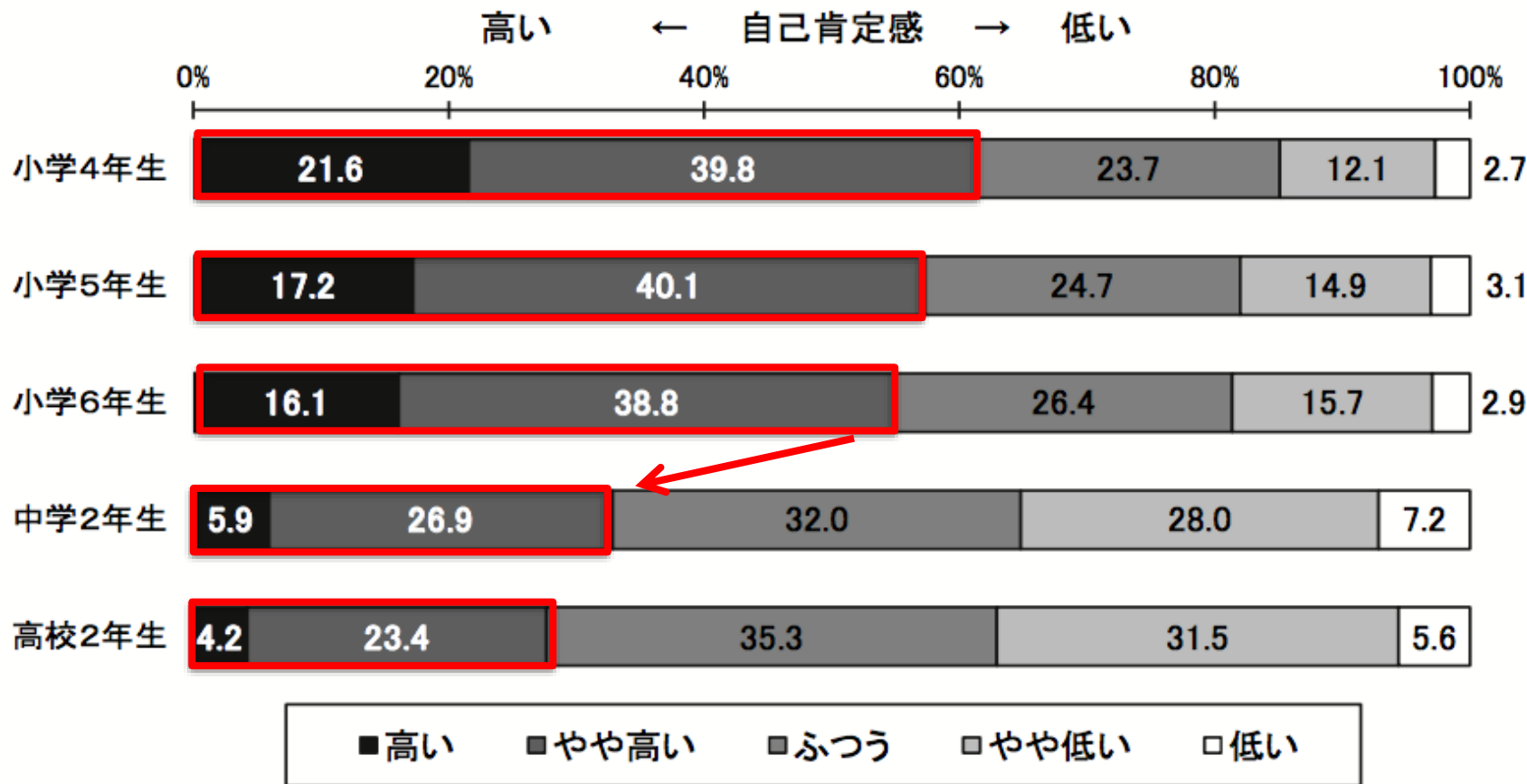
自分には、よいところがある

中学校



文部科学省  
「全国学力・学習状況調査」(平成30年)

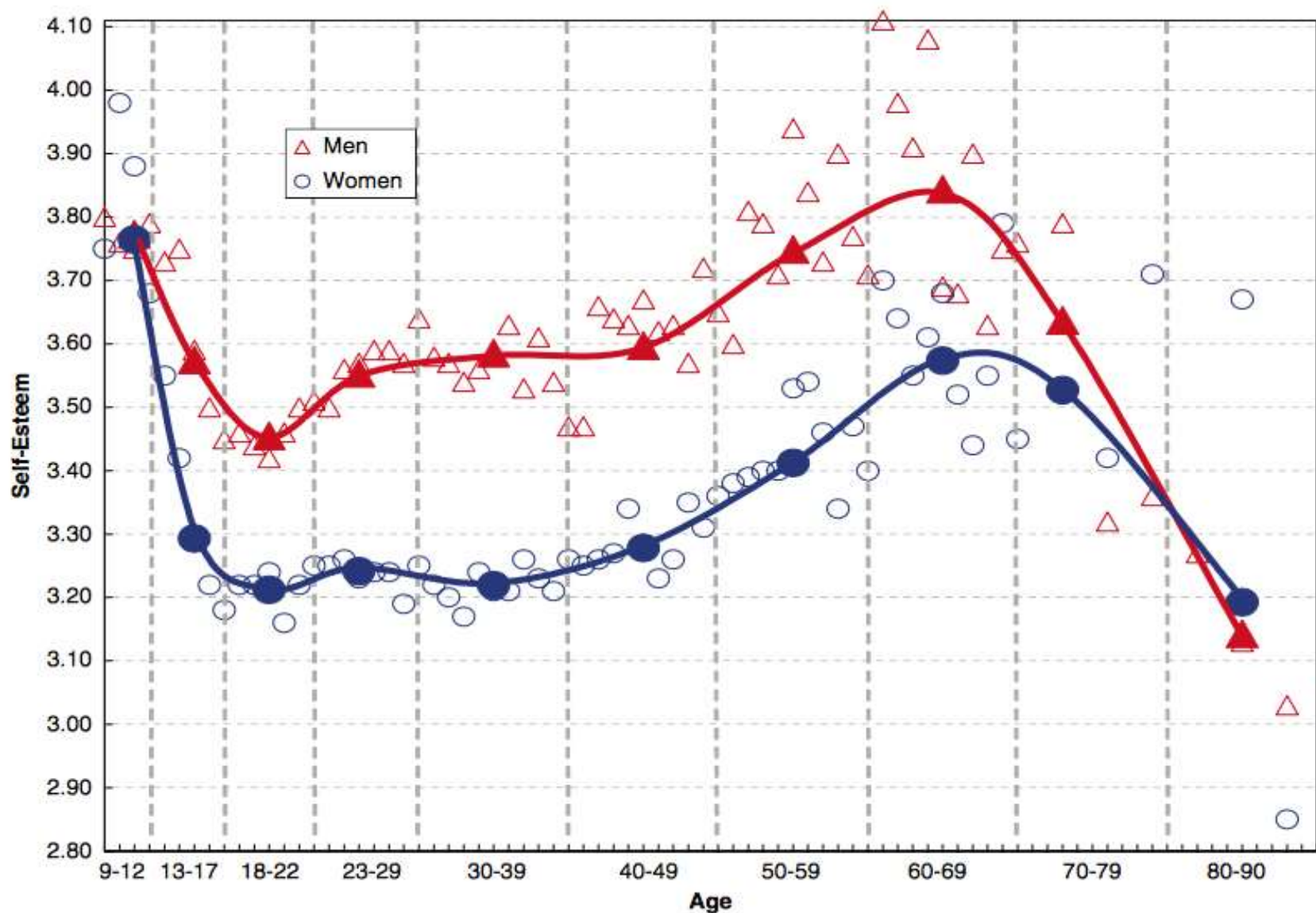
# 子どもの自己肯定感は 小学6年生から中学2年生にかけて大きく低下する



「今の自分が好きだ」「勉強は得意な方だ」で同様の傾向がみられた



# 自尊感情 (Self-Esteem) の経年変化



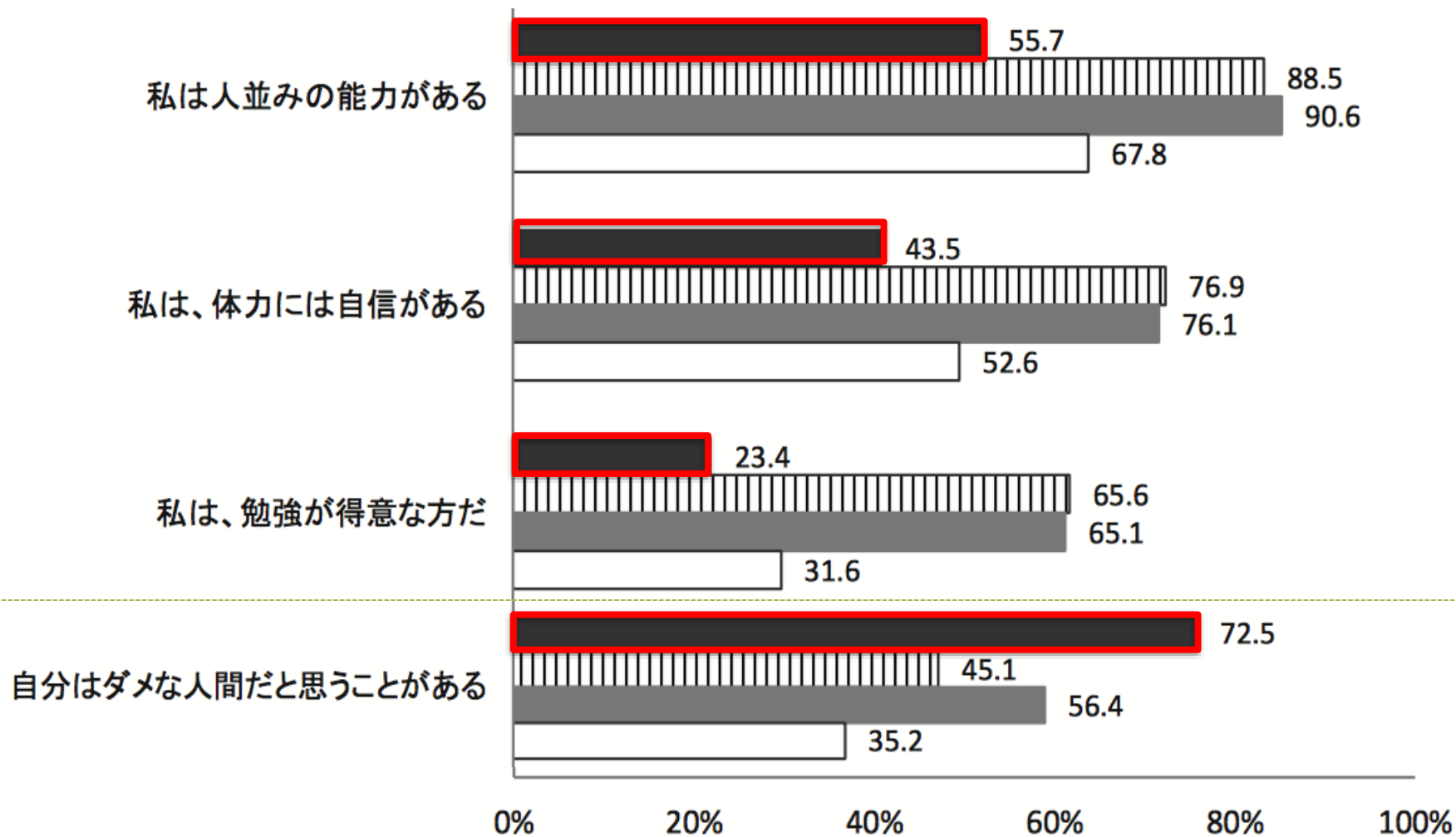


なぜ、子どもたちの自己肯定感が  
低いといわれるのでしょうか？

---

## 2. 子どもたちの自己肯定感の現状

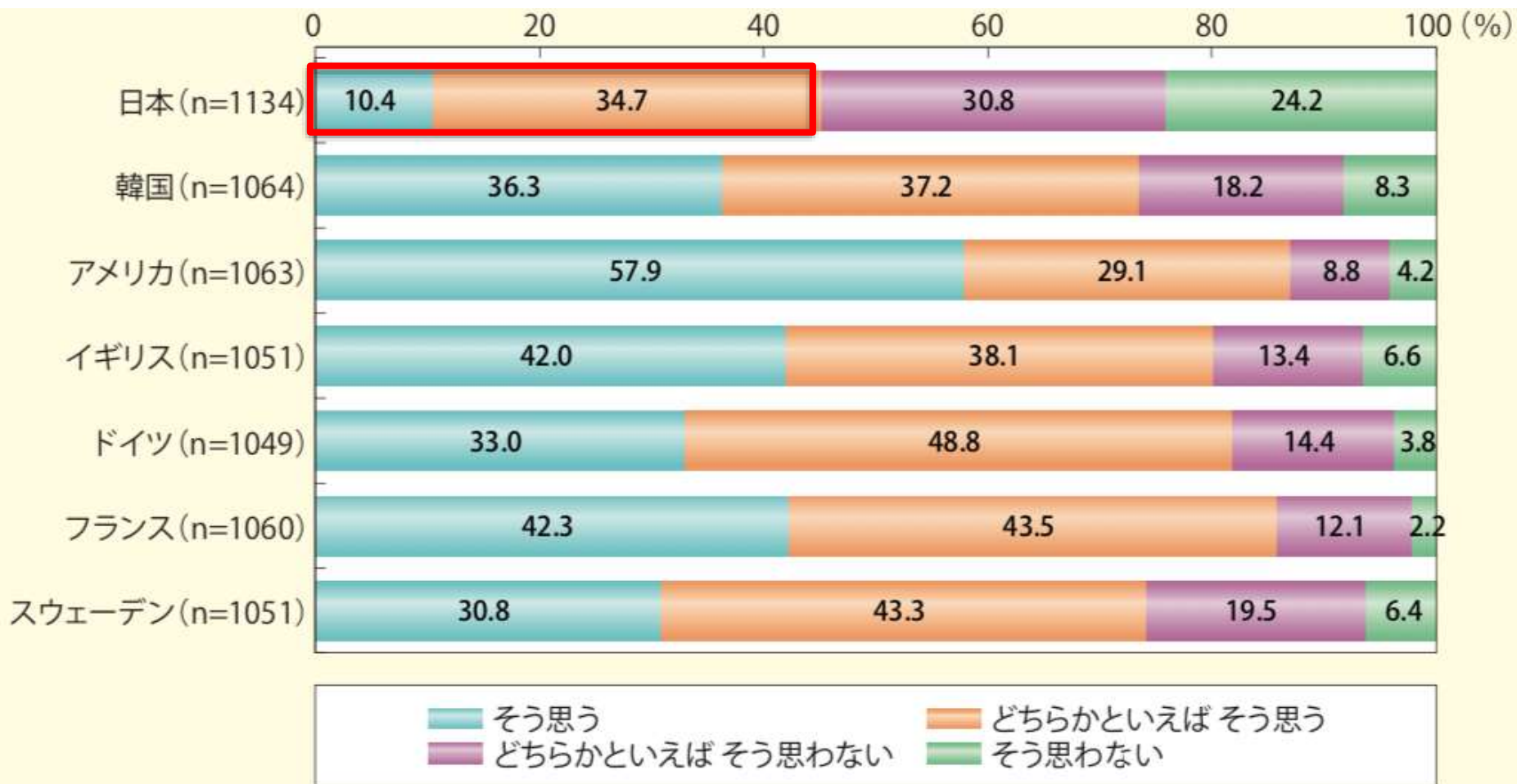
# 米国、中国、韓国の高校生に比べ、 日本の高校生の自己肯定感は低い



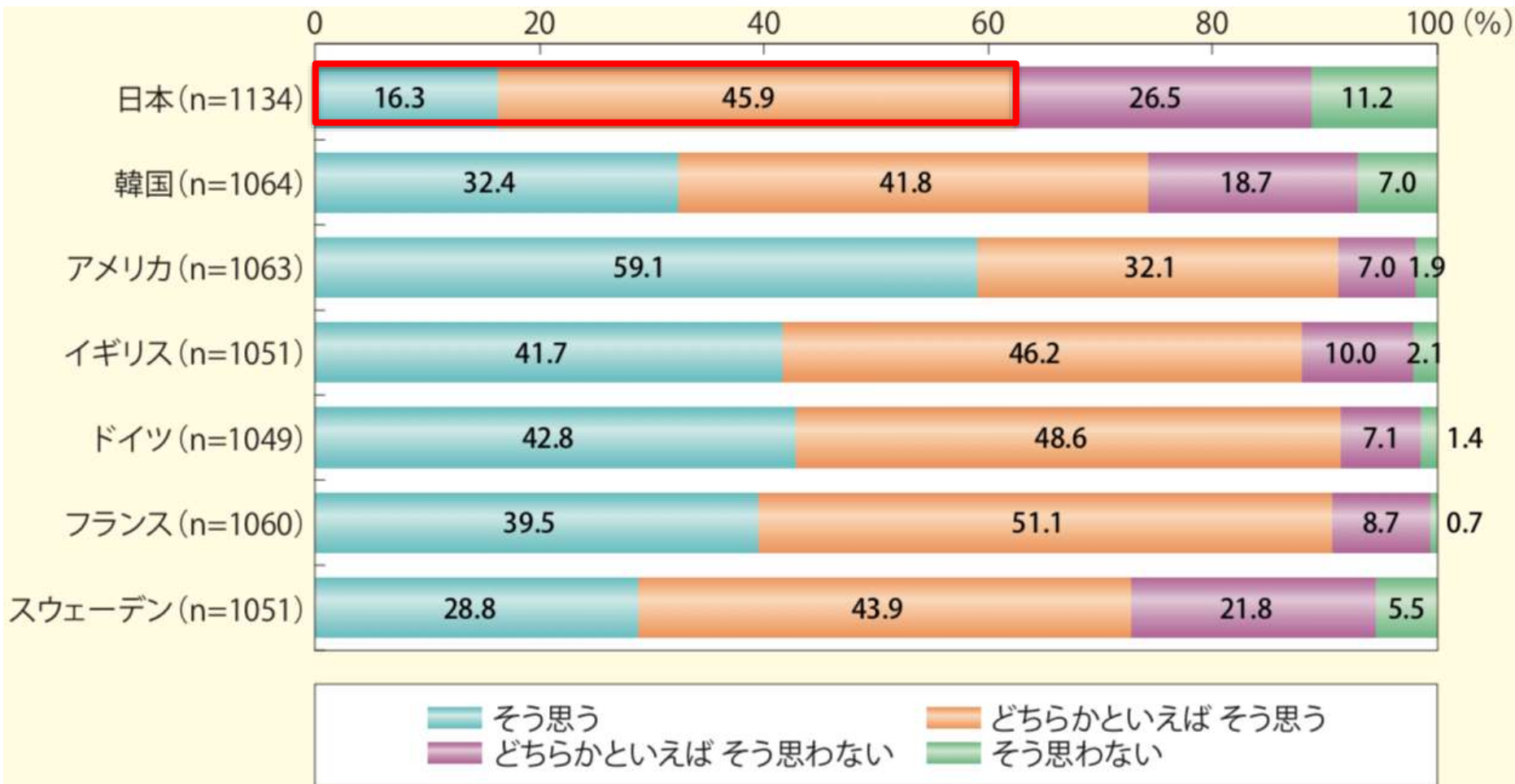
諸外国に比べ、

「自分自身に満足している」若者が少ない

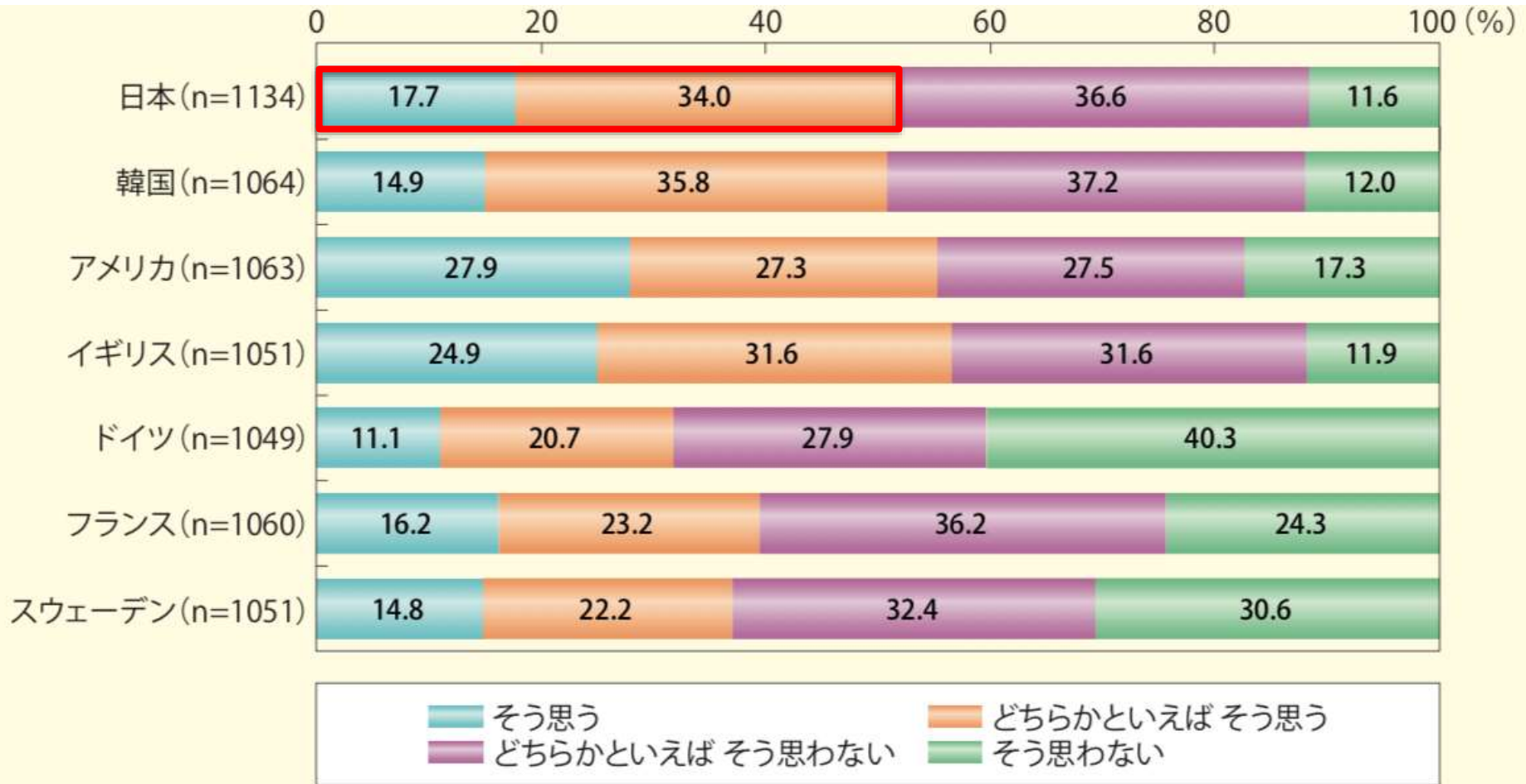
自分自身に満足している



# 諸外国に比べ、 「自分に長所がある」と感じている若者が少ない 自分には長所がある

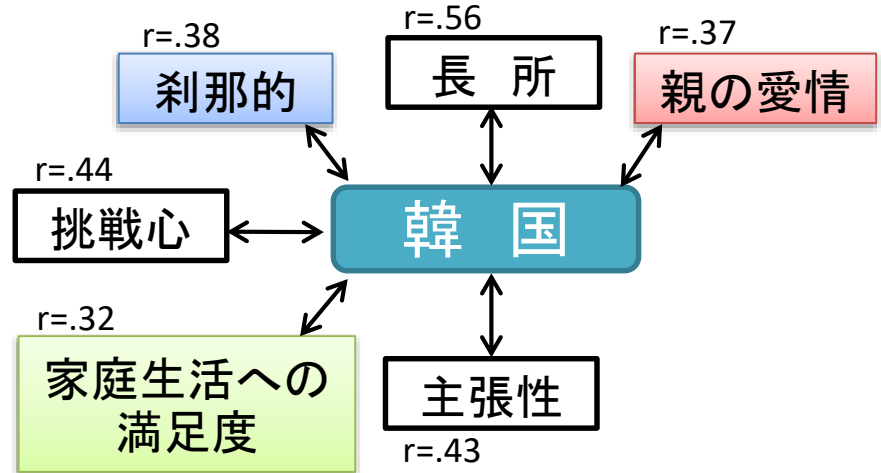
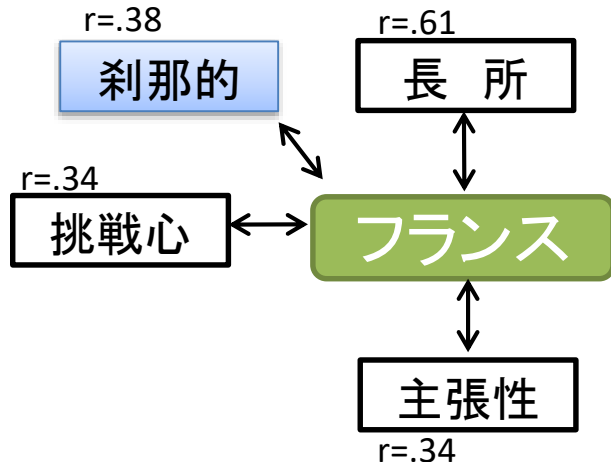
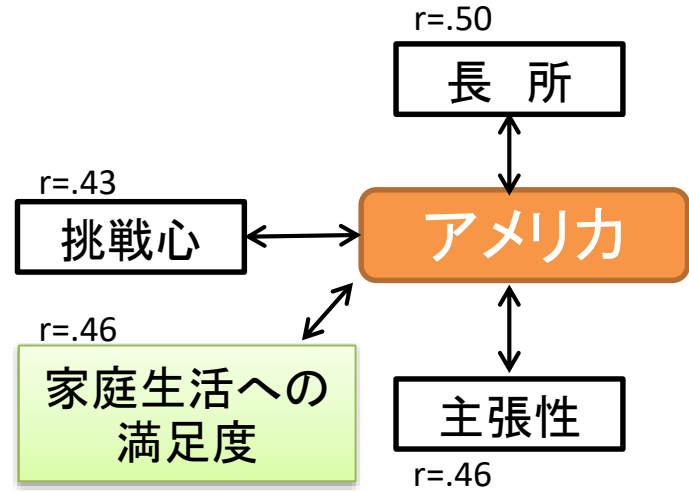
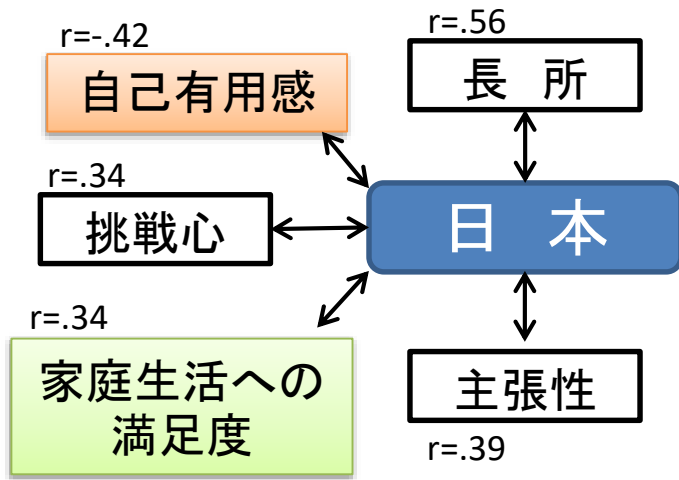


# 「自分は役に立たない」と感じている若者は、 諸外国に比べて多いわけではない 自分は役に立たないと強く感じる



# 日本の子どもの自己肯定感の特徴

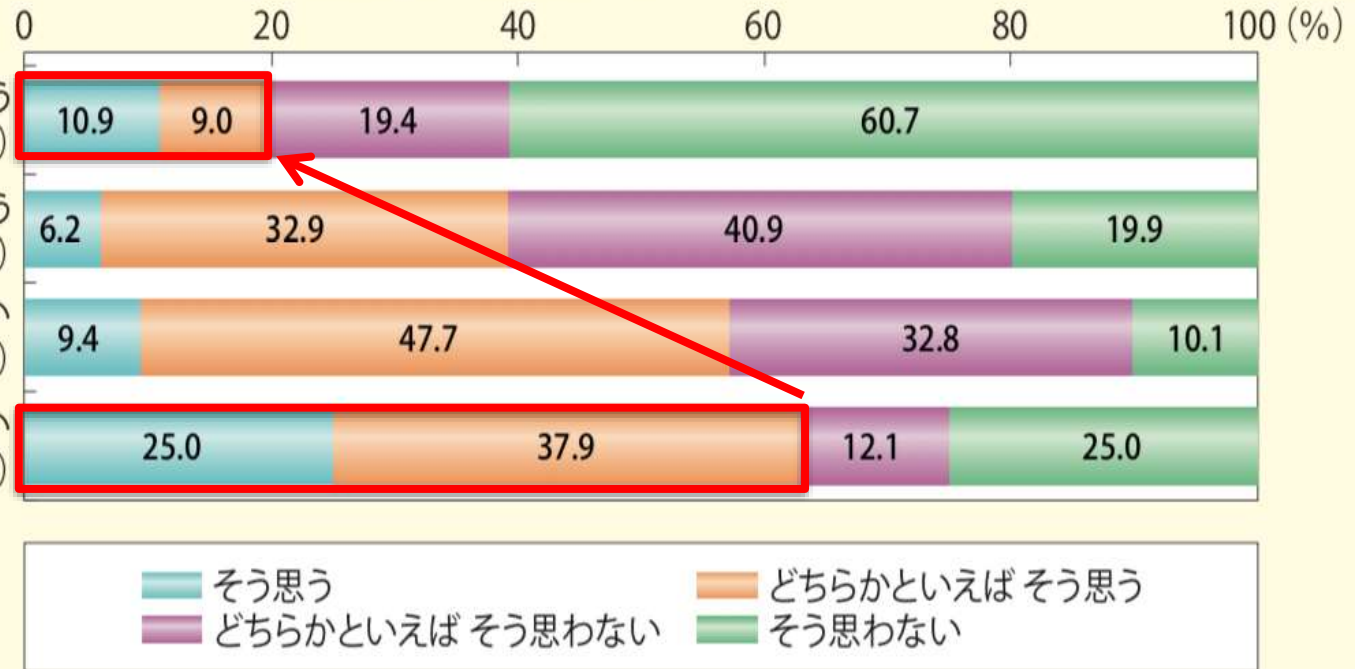
## 自己肯定感(自分自身に満足している)との関係



# 「自分は役に立たない」と感じている若者ほど、 自分自身に満足している割合が低い

自分は役に立たないと強く感じる

私は、自分自身に満足している





## 自己肯定感が低いことが必ずしも悪いことではない

- ✓ 日本人は「謙遜」「謙虚さ」という国民性や価値観によって、自分に対する評価を低く見積もる傾向があるため、必ずしも日本の子どもの自己肯定感が低いとはいいきれない。
- ✓ 思春期に入り、自己肯定感が低下したとしても、この時期は自らに対して悩む時期でもあるため、それを支える環境があれば悩むこと自体は悪いことではない。

問題なのは・・・

自己肯定感がずっと低いままであったり、  
不安定な状態にあること