

『挨拶が持つ5つのパワー』

新年度が始まって1か月が経ちましたがいかがでしたか？

入園した子ども達は、職員と信頼関係を築きながら少しずつ笑顔も増え、落ち着いて過ごす時間が増えたように感じます。

進級した子ども達も1学年上がったことでお兄さん、お姉さんになった自信が行動にも表れています。

子ども達に「毎日元気に『おはようございます』『さようなら』と挨拶をしましょうね。」と話しました。緊張気味の子どももいますが、毎朝「おはようございます」の元気な声が聞かれます。

挨拶は【心を開き、その心に近づく】という意味を持っているそうです。

挨拶が持つ5つのパワーを紹介します。

印象の良さを与えられる

第一印象は持続するとも言われますが、挨拶は出会ってすぐするので、印象を大きく左右します。

緊張をほぐせる

緊張していても、挨拶されるとホッとしますか？ 自分も声を出すことで緊張が解かれます。

感謝を伝えられる

「ありがとうございます」は直接的に感謝を伝える手段です。「感謝」の気持ちを込めて挨拶をすれば相手にもきっと伝わります。相手に感謝すればするだけ、自分にも返ってくると思います。

存在を認めている、ということを示せる

「心を開く」ということは「存在を認めている」ということ。承認欲求を満たす役割も持っています。

目の前にいる相手を認める行為です。

仲良くなるきっかけになる

挨拶は仲良くなるため、信頼関係を築くための最初の一步。何回も挨拶することで心を開きやすくなり「話しかけやすいな」と声をかけるハードルが下がり、コミュニケーションにつながります。

挨拶が出来なかったからダメということではなく、いろいろな挨拶（おはよう、ありがとう、ごめんなさい、さようなら、いただきます…などなど）には意味があることや、「挨拶」されたらどんな気持ち？なぜ大事なの？と子ども達に質問し、一緒に考えていきたいと思っています。

挨拶は毎日何度となく口にし、意識せずとも交わしているものです。

改めて「少し意識して明るく」、「相手の目を見て笑顔で」、「立ち止まって丁寧に」挨拶をすることでお互いに気持ちよく毎日を過ごせたり、印象も良くなって人間関係がさらに良好になる、というメリットに繋がります。

まずは私達大人が意識をして実践していきましょう。



おすすめの絵本です。いろいろな絵本を通して楽しく学べるといいですね。

(武田)