



できているところから褒める

副校長 三浦 寛朗

明けましておめでとうございます。本年も、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

干支が「丑」から「寅」に変わりました。前年の「丑」は「発展の前触れの年（芽が出る年）」というように、力を蓄える年と言われています。「寅」は、その後を引き継ぎ「芽吹いたものが成長する年」と考えられています。寅年にちなんで、本年も子供たちが、今までの学びをさらに発展させ、充実した学校生活を送れるように努めてまいります。

さて、冬季休業中には「全国大学ラグビー選手権」や「箱根駅伝」など、たくさんのスポーツ中継がありました。皆さんは何かご覧になったでしょうか。私は家で、フィギュアスケートの「全日本選手権」を、羽生結弦選手を応援しながら見ていました。この大会が、羽生選手にとって右足のけがから復帰して今シーズン初戦だったことや、北京オリンピックの代表選考会を兼ねていたことが気になり、注目していました。羽生選手の大ファンというわけではありませんが、今までも羽生選手が出る大会が中継されると、できるだけ見るようにしてきました。羽生選手に注目するようになったのは、過去の記者会見で羽生選手が子育てについて話していたのを聞いたことがきっかけです。

平成26年12月にグランプリファイナルで2連覇した羽生選手は、記者会見で次のような質問をされました。「我が子を羽生選手のように育てたいというお母さんが多いのですが、どうしたら羽生選手のように育つと思いますか？」

この質問に対して羽生選手は、次のように答えました。

「悪いところだけじゃなくて、いいところも見つめていただければ（子供は）喜んで成長できるんじゃないかと思います。」

この言葉から、大人が子供のどこに目を向けるのが大事か、ということを私は考えました。羽生選手の保護者の方が、羽生選手のいいところを見つめてきたからこそ、羽生選手の「本番に強さを発揮するメンタル力」が育まれたのではないかと思います。

本番、気持ちの強さを発揮できるかどうかは、自分を信じられるかどうかにかかっているそうです。能力の高い人の方が、自分のことを信じられるのではと思いますが、実は、同じ力をもっていても、本番でその力をそのまま発揮できるわけではありません。「もし〇〇したら、どうしよう。」という思い（不安）が、その人の実力を邪魔してしまうからだそうです。「もし失敗したらどうしよう。」「もしダメだったらどうしよう。」というような「もしもの場合」を考えるかどうかは、その人次第と言われています。これは、その人の思考グセが関係しているため、「もしも発想」が多い人は、いろいろな場面で、「もしも、もしも」と考えてしまうからです。いったん「もしも」が気になりだすと、本当にそれが起こりそうな気がしてしまい、それが頭から離れなくなってしまうこともあります。そのため、同じ実力で同じ舞台に立っても、結果が変わってきてしまうこともあります。

実は、この「もしも発想」は、子供の頃にほぼできあがってしまうそうです。もし大人が、いつも「万が一」や「リスク」ばかりを考え「もし失敗したら後がない。」「もしダメだったら終わりだ。」というような発想で子供に接していると、それが言動や行動に現れ、子供に伝わってしまいます。この行為は、心理学的に言うと、物事の「暗い部分」にフォーカスを当てる行動傾向のため、子供の心に「いつも不安で安心できない感覚」を作ってしまうかねません。

では、なぜ「もしもの場合」を考えてしまうのか。それは、完璧主義が関係していることが分かってきています。「もしもの失敗」が心をよぎるのは「完璧でありたい」という強い気持ちがあるからだそうです。自分が許せるのは100%の状態だけ、それゆえ、ほんのわずかな「もしも」がすごく気になってしまう。「絶対に、何が何でも成功しなければいけない。」と思えば思うほど、「もしもの失敗」に心が支配されてしまい、その結果・・・。

子供に話すとき、「絶対に、成功させよう！」「必ず1位をとろう！」といった声掛けは、子供に頑張ってもらいたい、ベストを尽くしてもらいたい、成功や1位を手に入れてほしい、そんな思いから生まれるものです。しかし、こう言われたら、子供は、「もし失敗したらどうしよう。」と考えてしまいかねません。100%のうち、99%は成功するのに、「失敗するかもしれない1%」を意識させすぎ、応援しているつもりが、逆に本番での強さを奪ってしまったら、それこそ本末転倒です。

大人は子供の行動が気になるとき、ついついできていないところばかりを目が追ってしまいます。しかし、最近の心理学で分かってきているのは、子供を結果的に伸ばすのは、「できているところから褒める」という方法です。分かりやすい例で言えば、漢字が10個あって、5個はすでに覚えている、あと5個はこれからというとき、「覚えていない5個」に目を向けて、「しっかり覚えなさい！」と言うよりも、「できている5個」に対し、「上手に書いているよ。」と褒めた方が、「よしやろう！」という気持ちにつながり、残りの5個への意欲が湧きやすいということです。誰だって、いいところ悪いところがあります。大人がそのどこに目をつけるか、これは、子供が今後、物事のどこに目を向けて生きていくかにつながっていきます。子供の「悪い部分」ばかりを追うのではなく、「いいところ」「できているところ」を見ようとする意識が、羽生選手が言う、「子供が喜んでもっと成長できる」という部分だと思います。

現在の感染者状況を考えると、まだまだ予断は許さない状況が続いています。暗いニュースも多い今だからこそ、南田中小では、今まで以上に子供たちの可能性を信じ、一人一人の良さを伸ばしていく教育を推進し、明るい学校を目指していきます。本年も、本校の教育活動に温かいご支援・ご協働を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

1月の行事予定

月	火	水	木	金	土	日
3	4	5			8 始業式 土曜授業 薬物乱用防止 教室(6) 4 4 4 4 4 4	9
10 成人の日	11 給食始 学級の時間 身体計測(5,6) 委員会 5 5 5 5 6 6	12 身体計測(3,4) 出張プラネタ リウム(4,6) 5 5 5 5 5 5	13 心ふれ 委員会発表 身体計測(2) 地域未来塾 5 5 6 6 6 6	14 SC 学級の時間 身体計測(1,み) 5 5 5 5 5 5	15	16
17 心ふれ 学級の時間 クラブ クラブ見学(3) 4 5 5 5 6 6	18 学級の時間 ぐんぐんUP なわとび旬間 5 5 5 6 6 6	19 4 4 4 4 4 4	20 心ふれ 集会 地域未来塾 避難訓練週間 5 5 6 6 6 6	21 SC 特別時程 5 5 6 6 6 6	22	23
24 心ふれ 全校朝会 4 5 5 5 5 5	25 学級の時間 ぐんぐんUP なわとび旬間 5 5 5 6 6 6	26 5 5 5 5 5 5	27 心ふれ 集会 伝統工芸体験(4) 地域未来塾 5 5 6 6 6 6	28 SC 学級の時間 5 5 6 6 6 6	29	30
31 心ふれ 学級の時間 委員会 4 5 5 5 5 5	2/1 特別時程 5 5 5 5 5 5	2 5 5 5 5 5 5	3 心ふれ 委員会発表 5 5 5 5 5 5	4 SC 特別時程 4 4 4 4 4 4	5	6

※ SC：スクールカウンセラー出勤日 心ふれ：心のふれあい相談員出勤日

※ 各日の数字は授業時数です。1番左が1年生、1番右が6年生です。

※ みなみん学級の下校時刻については学級で配布した月行事予定表をご確認ください。

【1月の生活目標】

寒さに負けない生活をしよう

1月は、1年の中で最も寒い時期です。子供たちも室内に閉じこもったり、運動を避けたりする傾向があります。しかし、こんな時期だからこそ、自分からすすんで体を動かして、寒さに負けない身体を育ててほしいと思います。

1月は、学校全体で取り組む「なわとび旬間」があります。縄跳びは、心肺機能の強化や持久力の向上につながるだけでなく、自分の体を巧みに操作する「巧緻性」を高めることにも効果的だと言われています。体育や休み時間だけでなく、放課後や休日にも、すすんで縄跳びに取り組んでほしいと思います。

縄跳びなどの激しい運動を行うと、寒い時期でも汗をかきます。清潔なハンカチや汗ふきタオルを持つこと、調節しやすい服装をすることなど、お子さんの実態に応じ、声掛けや準備などのご協力を引き続きお願いいたします。
(生活指導主任 江澤 充)

【体力ぐんぐんUP『なわとび旬間』のお知らせ】

今年度も、体力向上の取り組みの一環として「体力ぐんぐんUP」を実施します。新型コロナウイルス感染症予防対策により昨年度に引き続き、個人種目の「短縄」を行います。縄跳びカードを利用するなど、一人一人がめあてをもって取り組み、寒さに負けない強い身体をつかっていきます。

期間 1月17日(月)～1月28日(金)

(体育主任 小久保 菜摘)

【3年1組体育軽減講師について】

3年1組担任の鈴木真由美教諭が新しい生命を授かりました。そのため、体育の授業を鈴木教諭に代わって実施する体育軽減講師が配置されることになりました。「山口 のりこ先生」です。1月11日(火)から勤務です。よろしくお願いいたします。

【施設管理員について】

令和3年度4月から、学校施設管理員として勤務していた「新井 とも子さん」が、事情により退職しました。1月からは、昨年の11月まで学校施設管理員として勤務していた「阿佐美 昇さん」が、再度、着任しました。よろしくお願いいたします。

【連合図工展・連合書き初め展について】

例年、練馬区立美術館で行われる「連合図工展」と、「連合書き初め展」は、昨年度に引き続き新型コロナウイルス感染症予防対策のため、中止となりました。その代わり、各学年から選出した代表作品を校内に展示いたします。詳しくは、後日、別紙にてお知らせします。

【『愛のハガキ運動』ご寄付へのお願い】

学校日より12月号でもお知らせしましたが、年賀状等の郵便はがきの書き損じたものや余ったもの、および未使用切手等がございましたら、何枚でも結構ですので、ご寄付くださいますようお願い申し上げます。ご協力いただけるものがございましたら、1月末日までに各担任までお願いいたします。