



★自分を成長するきっかけは…

「人こそ人の鏡なれ」ということわざを知っていますか。これは、「他人の言動は、自分の言動を映し出す鏡のようなものである」という意味の言葉です。つまり、他人の言動に対して、何か感じるがあったときには、その人のことを変えようとする前に、自分自身の言動を見つめ直す機会にするべきだということです。

「学校」という小さな社会には様々な人がいて、それぞれが異なる考え方を持っています。一緒に学校生活を送っていく中で、自分と似たような考え方を持っていると感じる人もいれば、全く違う考え方を持っていると感じる人もいます。当然、考え方が違えば、その人の言動も自分とは異なることが多いと思います。大切なのは、その違いを感じたときに、「なぜそんな行動をするのだろう、ありえない」「もっとこの人はこうするべきだ」と、自分の考えのみに基づいて相手を否定するのではなく、「そういう考え方もあるのか」「自分の普段の行動は、この人にとってはどう映っているのだろう」と自分自身に視点を向けてみることです。そうすることで、自分のことを客観的に見つめ直すことができるうえ、もし改善したほうが良いと感じた部分があれば、それを変えていくことで皆さんはさらに成長することができると思います。

学校という場の良いところは、教科に関する学び以外に、様々な人と関わっていく中で広い視野や柔軟な考え方など、人として成長するために必要な学びをたくさん得ることができる場であるということです。生徒の皆さんは、中学生になってからまもなく1年が経とうとしており、これまでの間でたくさん成長してきました。そしてこれからは、さらなる成長に向けて、自分の感覚とは異なる他人の言動に対して、否定的な考え方を持ったり、自分自身の考えを押し付けたりするのではなく、その言動を通じて自分の普段の言動を客観的に見直し、成長するための一つのきっかけにしていきましょう。



★自分を大切にするために

2月3日(月)の学活の時間に、SOSの出し方に関する授業を行いました。日常生活の中で、適度なストレスは生活にメリハリを与える要素として必要ではありますが、ストレスに対処しきれずに蓄積してしまうと、自分を苦しめる原因となってしまいます。ストレス社会ともいわれている現代社会で、自分を大切に生きていけるようにするために、つらいと感じたときには、一人で抱え込まずに周りの信頼できる友達や大人、地域の相談機関等にSOSを出せるようにしていくことが大切です。

また、周りの友達がつらそうにしていた時、もしかしたら自分の存在がその友達の助けになるかもしれません。そのような場合の対処法も具体的に考える良い機会になりました。

【授業を終えて 一生徒の感想-】

- ・相談すると、心が軽くなるのが分かった。
- ・辛かったら一人で悩むのは良くないと知った。
- ・もしストレスがたまってつらくなったら、信頼できる大人に相談するのがいいと分かった。
- ・自分を大切にするためには、ストレスへの対処が必要なことを知った。
- ・ストレスの対処は人それぞれ違ったり、その人に合った対処法が必要だと分かりました。
- ・ストレス発散の仕方をもっと考えたい。友達がつらそうにしている時にどんな言葉を話すかを考えるようにする。

★今後の予定

日時	時程	予定
2月10日(月)	50分×6	生徒朝会 私立一般入試(始)
2月11日(火)		建国記念日
2月12日(水)	50分×5	職員会議 部活動16:00再登校
2月13日(木)	50分×6	ESAT-J 実施日
2月14日(金)	50分×6	新入生保護者説明会