



後期がスタートしました

今日から今年度の後半戦となる後期がスタートしました。4日間という短い秋休みでしたが、心身のリフレッシュや、新たな学期に向けて気持ちを切り替える時間になったのであれば幸いです。

始業式では、私から生徒たちに次のような内容の話をさせていただきました。

今日から、今年度の後半戦が始まります。「なりたい自分探し」の再スタートです。

「なりたい自分を見つけ」、「なりたい自分に近づく」には、今年度の生徒会テーマ“挑む”がキーワードになると思います。

挑戦して失敗した人と、何も挑戦していない人とは、経験値という点で、大きな違いがあると思います。挑戦して失敗した人は、失敗を経験とし、“自分なりの工夫”をするようになります。誰かに言われて変えるのではなく、この自分で考えた“自分なりの工夫”が自分を成長させることにつながり、いつか自分を成功へと導く道すじになります。

私たち人間は、常に完璧というわけにはいきません。だから、失敗しても大丈夫なのです。成長途中の中学生の皆さんにとっては、失敗こそが学びの始まりなのです。また、困った時には、誰かの力を借りていいのです。人に頼れることも、社会では必要な力の一つになります。

学校は、将来に向けていろいろなことを練習する場所です。練習だから失敗があってもいいのです。学校とは失敗をたくさん経験して、そこから自ら学んでいく場所だと思います。

失敗をおそれず、安心してたくさんの方に挑む後半戦にしましょう。

もちろん、命に関わる失敗だけは、いつでも、どこでも、どんな時も回避できるようにする指導を最優先させていただきます。

後期もご家庭と学校が両輪となって、お互いがお互いの営みを補完し合いながら、312名の子どもたちを、共に支えていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

PTA会報「おぐら」の補足です

10月8日発行の角中PTA会報「おぐら」第120号で、「自分ならできる」、「自分ならなんとかなる」という自己肯定感を育むために、自分を取り巻くさまざまなことを子ども自身に自己決定させ、そのことを子どもにとっての「自分ごと」にし、子ども自身を当事者にしていく三つの言葉掛けについて紹介させていただきました。字数の関係で紹介できなかった部分がありましたので、補足させていただきます。

最近の脳科学では、人間の脳が深い思考をしたり、理性的な判断をくだしたりするためには「心理的安全性」（強いストレスがかかっていない状態＝心理的に安心できている状態）の確保が不可欠であることが分かっているそうです。とは言っても、社会に出るとストレス要因はいくらでもあります。子どもを取り巻く環境を全てストレスフリーにしてしまったら、子どもたちはストレス要因を乗り越える訓練ができないことになります。

そこで、子どもたちの脳を「ストレスをストレスとして感じにくい脳」に育てていくことが重要になり、そのために最も効果的な方法は、子どもの自己肯定感を上げることだそうです。

子どもの自己肯定感を育むためには、自己肯定感が高められる環境にどっぷりと身をおき続ける経験が必要になるようです。

<自己肯定感が高められる環境>

- ・否定されない
- ・自分の意志が尊重される
- ・失敗がとがめられない
- ・他人と比較されない
- ・できていることはきちんと評価される
- ・成功体験を積むことができる
- ・自分の成長を実感できる

親としての私は、自分の子どもたちに対して失敗の連続だったと反省しきりです。

学校でも家庭でも、頭ごなしに叱ったり、ダメ出ししたりする前に、「どうしたの？」（何か困ったことはあるの）から順番に、急がずゆっくりと語りかけてみませんか？