



麻布だより

校長 宮島 淳一 ◇ホームページ <http://azabu-es.minato-kyo.ed.jp/>



麻布小 Twitter

年頭所感 「6つの気持ちをどのように高めて取り組んでいくのか」

～ ネガティブな姿勢とポジティブな姿勢を考える ～

4月当初に学校経営計画でお伝えしましたように、教育目標の実現のために児童の6つの気持ち「元気・根気・和気・勇気・本気・やる気」を高めて取り組んでいます。コロナ禍が二年に渡り続いているので不安で暗い気持ちになりがちですが、そんなことは言ってもらえません。児童とともに力強く教育活動に取り組んでいくために、どのようにポジティブに取り組ませるか、ネガティブな気持ち・姿勢をどのように克服するか、克服させるかについて、年頭を迎えるにあたり考えてみたいと思います。

◆「もう10分しかない」と「まだ10分もある」

心理学では、一人一人が持っている物事をとらえる枠組みを「フレーム」と呼び、この枠組みを変えることを「リフレーミング」と言います。学校現場でもカウンセリングや授業にも持ち込まれています。なかなか聞いたことのない言葉かもしれませんが、この「リフレーミング」を上手に使っていくことで、子供のモチベーションを上げたり、子供に自信をもたせたりすることもできます。例えば、試験で残り時間が10分あった場合、悲観的にとらえれば「もう10分しかない」と、また楽観的にとらえた場合は「まだ10分もある」と思えることになります。「失敗した」ときに「自分はダメだ」と感じると気持ちが沈んでしましますが、見方を変えて「次のために良い経験をした」と受け止めれば、前向きな気持ちになり次の行動がしやすくなることから、心理療法等にも活用されているそうです。

右の囲みの文は、2020年正月の新聞広告で、当時、幕内最小の力士、炎鵬(えんほう)関を紹介した文章です。上から順に読んだ後、下からも読んでみてください。上から読んだ印象と下から読んだ印象ではまったく逆転してしまいます。物事は捉えようによって変わります。

◆ネガティブに準備をして、ポジティブに実行する(ネガティブプラン・ポジティブアクション)

プラス思考やポジティブな姿勢で取り組むことはとても大切です。しかし、根拠のない自信や「明日は明日の風が吹く」という考え方は、万が一のときのリスクへの注意が足りないので、結果的にミスが大きくなったり多くなったりする傾向があると言います。

早稲田大学ラグビー蹴球部の監督としてチームを2度の全国優勝に導き、コーチングのプロとしても多くのリーダーを育成してきた中竹竜二さんは、「ネガティブプラン・ポジティブアクション」をモットーとして取り組んでいるそうです。

「『ネガティブに準備をしてポジティブに実行する』のが僕の信条です。受験生なら、どんなに偏差値が高くても知識が完璧でも、受験当日に風邪でも引いたら大して勉強をしなかったやつに負けるかもしれない。どうやって当日の体調を万全にするか。雪や交通渋滞に遭ったらどうするか。無駄なプレッシャーを受けないため、最悪の可能性から目を背けず備える、そういう視点を持つべきです。」

寅年を迎えるにあたり、「虎」のように力強い行動力とポジティブな姿勢で、かつ計画的で着実に教育活動に取り組み、児童の6つの気持ち「元気・根気・和気・勇気・やる気・本気」を高めていきたいと思っています。

さ！ひっくり返そう

大逆転は、起こりうる。
わたしは、その言葉を信じない。
どうせ奇跡なんて起こらない。
それでも人々は無責任に言うだろう。
小さな者でも大きな相手に立ち向かえ。
誰とも違う発想や工夫を駆使して闘え。
今こそ自分を貫くときだ。
しかし、そんな考え方は馬鹿げている。
勝ち目のない勝負はあきらめるのが賢明だ。
わたしはただ、為す術もなく押し込まれる。
土俵際、もはや絶体絶命。

1月行事予定

| 日 | 曜 | 行事 | | |
|----|---|--|---|---|
| | | 放課後遊び ※1月は、放課後遊びはありません。 | | |
| 1 | 土 | 元旦 | | |
| 2 | 日 | | | |
| 3 | 月 | | | |
| 4 | 火 | | | |
| 5 | 水 | | | |
| 6 | 木 | | | |
| 7 | 金 | | | |
| 8 | 土 | | | |
| 9 | 日 | | | |
| 10 | 月 | 冬季休業日終わり 成人の日 | | |
| 11 | 火 | 始業式 B時程 午前授業 安全指導日 書初め会(5・6年) | | × |
| 12 | 水 | B時程 給食始まり 書初め会(1・2年) | | × |
| 13 | 木 | C時程 書初め会(3・4年) 発育測定(5・6年) | | × |
| 14 | 金 | 運 委員会活動 避難訓練 | 渡 | × |
| 15 | 土 | | | |
| 16 | 日 | | | |
| 17 | 月 | 全 C時程 書き初め展始まり 発育測定(1・2年) | 岩 | × |
| 18 | 火 | 図書ボランティア読み聞かせ たて割り班活動 発育測定(3・4年) | | × |
| 19 | 水 | 出 | | × |
| 20 | 木 | C時程 | | × |
| 21 | 金 | クラブ活動 | 渡 | × |
| 22 | 土 | | | |
| 23 | 日 | | | |
| 24 | 月 | 全 C時程 | | × |
| 25 | 火 | 読 | | × |
| 26 | 水 | 出 | | × |
| 27 | 木 | C時程 | | × |
| 28 | 金 | 児 委員会活動 書き初め展終わり | 渡 | × |
| 29 | 土 | | | |
| 30 | 日 | 遊び場開放(13:00~16:00) | | |
| 31 | 月 | 全 C時程 音楽鑑賞教室(5年) | | × |



1月の生活目標

「礼儀正しく行動しよう」

「書き初め」の始まりはいつ?

今年も「書き初め会」が行われます。そもそも、「書き初め」がいつ始まったかご存じでしょうか。遡ること平安時代、宮中における改元・代替わり・年始など、物事が改まった節目に天皇に文書を奏上するという「吉書の奏(きつしよのそう)」という行事がルーツだそうです。その後、江戸時代に庶民の間にも「おめでたい新年に書道をする」という行事になって広まりました。



「伝統文化に触れる」「一年の抱負を心新たに」「書の上達を願う」ことをねらいとして、学校でもそれぞれの学年で取り組みます。一人一人が、願いや心を込めて書いた文字は、校内に展示されます。その様子は、学校HPに掲載いたします。ダイナミックな文字を、ぜひ楽しみにしてください。

担当 前川 裕希



スクールカウンセラー出勤日
岩...岩渕 渡...渡辺



- ◆凡例
- 全...全校朝会
 - 児...児童集会
 - 読...読書の時間
 - 心...ふれあいタイム
 - 運...運動朝会
 - 音...音楽朝会
 - 出...出張スピーチ