

都留第二中学校だより

# 日新

校訓 日新  
学校教育目標  
・美しい心  
・輝く知性  
・たくましい体

都留第二中学校学校だより  
NO.7

平成29年7月10日(月)  
文責 小俣 一夫

## 自分に自信を持てる生徒であるために！

4月から本校の生徒たちを見ていて、様々な場面で自分の言動に自信が持てなかったり、思わぬ所でつまずいたり、悩んでしまったりという生徒を多く見かけます。いろいろな事に対する「経験」が少なかったり、様々な場面で我慢し、耐えるという「耐性」が弱まっていたりするのではないかと思います。

今、自己肯定感の土台ともいえる、自分を大切に思う気持ちが低い傾向にある子どもたちへの生徒指導が喫緊の課題となっています。「子どもたちに過度の否定的感情を与えないことが、自己肯定感を育むためには大切である」とは分かっていますが、実際には、親としては「なぜ?」「ダメでしょう!」「いけません。」「そんなことでは・・・!」などと、生徒の将来や健全な育成を願っての厳しい一言が出てしまうのが現実です。きっと、各ご家庭では日常の中に、お子さんとのこんな言葉のやり取りがあるのではないのでしょうか。

「ありのままの自分の存在感」や「自分もまんざらではないと思える感情」「自分を大切に思う心」などが自尊感情にあたると思います。この感情は、幼少期の親の接し方が大きく左右すると言われていますが、仮にそれが十分でなかったとしても、現時点から意識的に取り組んでいけば、まだ、十分変わる部分があると言われています。つまり、人からの見られ方、評価のされ方で変わっていくのです。欠点はあるが、「あいつ、何となくいいやつだな」「おまえがいるだけで、家の中が明るくなるよ」「最近、顔を見なかったので、元気でやっているか心配していたんだよ」等々、存在を認めてもらえると、本人の自己肯定感が高まり、前向きな生き方や人との良好な人間関係が築けるのだと思います。

では、「比較の中での自信や存在感」はどうでしょうか。一般的に学力や運動などがこれに当たります。頑張れば、自信や満足、社会的承認などにつながるものです。また、頑張りや努力で勝ち得た充実感や自信は人間の成長にとって大切なものです。しかし、人との比較によって結果が思うようにならなかった場合は、どうなるでしょうか?自信をなくし、自分を守るために相手の欠点や失敗を攻撃して、心のバランスを保つことも多くなります。欠点を含めてありのままの自分を認めてもらえる感覚の育成が大切です。この感覚が多くなると、人の非や欠点に対しても寛容でいられたり、自分を否定しないことにより、前向きでいられたりします。

そこで、自己肯定感の育成はどうすればいいのでしょうか?ただ単に褒めるだけではだめです。注意したり叱ったりする部分も現実の生活の中では必要です。ただ、至らぬ点だけに目を向けるのではなく、「今日の〇〇〇は、良かったね。」と少しずつでも、その事実だけを評価していくことが必要です。まずは、そのお手本になるのは、子どもたち周りの大人です。今日から実行してみてください。

学校の活動の中では、生徒たちが力を合わせて作り上げていく合唱コンクールや学園祭、ボランティア活動、部活動などがとても有効になります。みんなの目標に向かって、一人一人で行うべきことを実行したり、ちょっとした提案が実を結んだり、子どもたちが小さな成功体験を積み重ね、達成感を高めていく時間を増やすことが必要です。このような体験を学校ばかりでなく、家庭や地域でも意図的に仕組みで欲しいと思います。

### 自己肯定感とは?

自分には価値があり、尊敬されるべき人間であると思える感情のこと。自己肯定感の高い人は困難に出会っても粘り強く努力するが、低い人はすぐに諦めてしまう傾向があるといわれている。一般に自己肯定が高い子どもは、自分自身に対してばかりでなく、他者に対しても寛容になれ、学校での集団行動にもうまく適応できる傾向にある。逆に低い子どもは、不安感が強く、やる気や意欲の減退傾向が見られ、不登校やいじめの要因になったりするケースも見られる。



学校評議員会の様子6/28



朝のあいさつ運動



※裏面アンケートの記述項目について

## 6. あなたの良いところはどんなところですか?

- しっかり返事等の声が出せるところ 時と場所に応じて適切な言葉遣いができる 7人
- 毎日を笑顔で元気に過ごしているところ 性格が明るい いつも元気 健康 86人
- 落ち込むことがあっても立ち直りが速いところ 3人
- 自分からチャレンジする 最後までやり遂げる 目標に向かって努力しているところ(部活など) 12人
- 友だちや家族に対して優しい 103人
  - ・困っている人がいたら声をかけることができる
  - ・相手の気持ちを考えて行動できる
  - ・友だちの悪口は言わない
  - ・困っている友だちの相談に乗ることができる
  - ・友だちの良いところを見つけられる
  - ・友だちの気持ちを理解して行動できる
  - ・友だちを笑顔にする
  - ・友だちと仲良くできる
  - ・友だちの頼みをいろいろ言わずに引き受けられる
  - ・友だちや家族を大切にしている
  - ・友だちに恵まれている
- その場の雰囲気明るくすることができる。気軽に人と話せる 13人
- 物を大切にできる 5人
- 過ちを素直に認め、改められるところ 5人
- 進んで仕事ができる すぐ行動できる さぼらない 家の仕事をする。積極的 11人
- 自分の考えをしっかりと言うことができ 人の話がしっかりと聞ける 4人
- 初対面でも、物怖じしない 2人
- 得意なことがある 趣味がある (スポーツ 絵を描く 勉強 丁寧な字 動物好き 読書) 32人
- ポジティブ(少しのことではよくよしない) 10人
- リーダーシップが発揮できる 決断力がある 6人
- その場の雰囲気が読める 落ち着いた行動が出来る 4人
- 手先が器用 1人
- 負けず嫌い 7人
- 少しのことではキレない 気長 1人
- やるべきことはやり遂げることができる 責任感がある 意欲や集中力がある 10人
- 先や周りを見て行動できる 適切な判断ができる 自分の課題がわかっている 7人
- 友だちに左右されない 1人
- 規則正しい生活をしている 授業への切り替えができる 授業に積極的 4人
- 嘘をつかない まじめに取り組む 5人
- 謙虚 1人
- 几帳面 丁寧な作業 ミスを少なくしようと努力している 3人
- 好奇心旺盛 1人
- 食欲旺盛 1人

## 8. あなたのあまり良くないところはどんなところですか?

- 日常生活の中での態度があまり良くない 192人
  - ・口答える
  - ・あまり勉強しない
  - ・積極的でない
  - ・努力しない
  - ・途中であきらめる
  - ・意志が弱い
  - ・出しゃばり
  - ・うるさい
  - ・私語が多い
  - ・友だちとの接し方
  - ・しつこい
  - ・冷たい
  - ・言葉遣いが悪い
  - ・同じ失敗を繰り返してしまう
  - ・短気なところ(すぐムカつく)
  - ・暴力的
  - ・面倒くさがり
  - ・素直でない
  - ・さぼる
  - ・嘘をつく
  - ・我慢しすぎる
  - ・反省しない
  - ・学習能力が低い
  - ・楽な方に流される
  - ・周りに流される。
  - ・目標がない
  - 3人
- 忘れ物が多いところ 忘れっぽい 7人
- 集中しなければならぬところでも、すぐにふざけてしまうところ 27人
- 意地悪なところ 人の嫌がることをしたり人の悪口を言うことがある 言動に裏表がある 23人
- 人の話が最後まで聞けない 14人
- 取りかかるまでに時間がかかる やることが遅い 切り替えが遅い 8人
- 物事に取り組むときの優先順位がいつも違っている 3人
- あまり話したことの無い人には冷たい態度をとる。友だちを選んでしまう 6人
- 初対面の人に話しかけられない コミュニケーションが下手 人見知りする リーダーシップがとれない 26人
- 困っている友だちがいても避けて通り過ぎてしまう。見てみないふりをする 4人
- 最後まで友だちを信じるができない。友だちのことを気につけない 人の気持ちが理解できない 7人
- 何かを頼まれると、よく考えずに引き受けてしまう 取り組みに対する計画性がない 2人
- ワガママ 自己中心的なところ 友だちから信頼されない 11人
- 自分の考えがはっきり言えない 声が小さい 13人
- マイペース 自己中心的な行動 6人
- 丁寧に字が書けない 運動が苦手 10人
- ちょっとしたことで落ち込む 心配性 すぐよくよする ネガティブ メンタルが弱い 23人
- その場の空気が読めない 6人
- 積極性がない 意志が弱い 11人
- 嫌いなこと苦手なこと興味のないことは何もしない 7人
- 自分の長所が見つけられない人 1人