

令和元年度

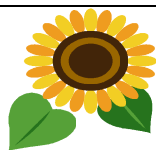
高階西小学校だより



学校教育目標 「力を高め・みんななかよく・さあ、やるぞ」

令和元年7月1日 7月号

目指す学校像 ～保護者・地域から信頼される 明るく笑顔あふれる学校～



プラス思考のすすめ

校長 鈴木 友子

雨に映えるアジサイの季節から、あつという間に太陽に向かうヒマワリが眩しい季節となりました。これから毎日暑い日が続くと思いますが、今年度からは教室に空調設備が完備され、子供たちも快適に学習に取り組めます。

学校では、6月に「あいさつ運動」や「あいさつカード」の取組を行ったことにより、友達や教師へのあいさつが大変よくなっています。ご家庭や地域での児童の様子はいかがでしょう。

さて、「人生苦あれば楽あり」と言われるように、人生にはいろいろなこと起こります。大人も子供も同じです。良いことがあると幸せを感じますが、悪いことがあると心が折そうになり悩みもします。しかし、悪い時もプラスに考えることができれば、苦しみが減ります。

心をプラスにするために、心理ウンセラーの植西聡氏は、次の思考習慣を紹介しています。

①プラスの選択をする

水が半分入っているコップを見て、「半分しか入っていない。がっかりした。」と不満に思うのではなく、「半分入っていてよかった。ありがたい。」と満足に思う人はプラスの選択をしています。常に物事をプラス面から見ることで悩みが減ります。

アメリカの詩人カール・ジブランは、「楽天的な人はバラを見て、トゲを見ない。悲観的な人はトゲばかりをじっと見つめて、美しいバラが咲いていることに気づかない。」と述べています。

②逆境をプラスに転じる

人生には逆境に陥ることがあります。その時に「もうだめだ。」と思うか「これは良いことだった。」と思うかで人生は180度変わってきます。ある新入社員は、重い段ボールを運ぶ仕事を任せられ、会社を辞めようと思ったそうです。しかし、「荷物担ぎは苦痛だけど、これを体のトレーニングだと考えよう。お金をいただいて体の鍛錬ができるなんてありがたい。」と発想を切り替えたところ、仕事にも気合が入り、疲れも感じにくくなったとのこと。このように発想を転換することで解決できることもあります。その後、この社員が他分野でも活躍するようになったことは言うまでもありません。

③「幸運は不運の後にやってくる」と考える

もし不運なことが起きたら、「これで私の中から悪い想念が出て行った。これからはきっと良いことが起きる。」とポジティブに考えれば、悩みはスーッと消えてしまいます。また、良いことがあったら、「この前辛い時頑張ったことが、今日の良いことにつながったんだ。」と考えるのもよいでしょう。

簡単にプラス思考ができるとは思いませんが、保護者の皆様にはプラス思考でいていただきたいと願います。親がプラス思考でお子さんに接してくだされば、子供たちは、もし失敗したり、いやなことがあったとしても、どんなに勇気づけられ、前向きな気持ちになれることでしょう。

「失敗は誰にでもあること。失敗は成功のもとだよ。」 「～ができたのはすごいことだよ。」

きっと、みなさんの笑顔で、お子さんの笑顔も増えるはずです。

みなさんのプラス思考が、お子さんに自信をつけ、チャレンジ精神を育てるはずです。



明日から、保護者会が始まります。授業参観だけでなく、是非、懇談会にもご出席くださいますようお願いいたします。学校・家庭が互いを理解し連携することで、子供のよりよい成長が望めると考えます。