

# 妙典小だより

「自主・自立・共生」

No.17 令和3年 1月新年号  
市川市立妙典小学校

新年あけましておめでとうございます。

今年もよろしくお願ひします。

校長 田中 成志

■2021年が明けました。昨年はコロナ騒ぎでずいぶん大変な想いをしましたが、今年は少しでも良い方向に向いてくれることを願うばかりです。

■1月5日に新学期が始まりました。「新しい年を迎える会」では、放送で全校の子どもたちに向けて、次のような話をしました。

妙典小の皆さん、あけましておめでとうございます。

新しい年、2021年が始まりました。去年はコロナ騒ぎで大変でしたが、いやなことの後には楽しいこと、うれしいことがたくさん起こるはずですよ。だから今年はきっといい年になると思います。今の学年や学級はあと3か月で終わりますが、心に残る思い出をたくさん作ることができると良いですね。

さて、今年1年を良い年にするには自分の「目標」を決めることが大切です。今日は「やる気になる目標の立て方」についてお話します。

Aくん、Bくん、Cくんという小学校6年生の3人が漢字練習をしています。同じ漢字練習なんですけど、3人の様子は少しずつ違います。

Aくんはつらそうな顔で漢字練習をしています。そこで「Aくん、どうしてそんなにつらそうに漢字の練習をしているの？」と聞いてみました。するとAくんは、「当たり前じゃないか。先生やお母さんにやりなさいって言われているから仕方なくやってるけど、こんなにたくさん漢字練習、いつまでたっても終わらないよ。遊びにも行けないし、疲れるし…。つまらないに決まってるじゃないか。」とちょっと怒って言いました。

Bくんは真剣な顔で必死に漢字練習に取り組んでいます。そこで「Bくん、どうしてそんなに真剣に漢字の練習をしているの？」と聞いてみました。するとBくんは、「3日後に漢字テストがあるんだ。そのテストで100点取らなきゃいけないから真剣に勉強しているんだ。邪魔しないで！」とちょっと怖い顔で言いました。

Cくんは楽しそうに漢字練習をしています。そこで「Cくん、どうしてそんなに楽しそうに漢字の練習をしているの？」と聞いてみました。するとCくんは、「僕は将来作家になって、みんなが感動するような小説をたくさん書きたいと思っているんだ。いい小説を書くためには漢字や言葉をたくさん覚えておいたほうがいいでしょ。だから、今漢字を覚えることが作家になることの第一歩だと思うと、なんかワクワクしてきて、楽しい気分になっちゃうんだよね。」とニコニコしながら言いました。

A さんの漢字練習には目標がありません。誰かに言われてイヤイヤやっているのでもつらい気持ちになってしまいます。B さんには「漢字テストで100点を取る」というしっかりした目標があります。だからやる気になって真剣に漢字練習に打ち込むことができました。でもそれは、B さんにとって「やらなければならない目標」なので「さぼれない」「失敗するわけにはいかない」と、自分を追い詰めてしまいがちです。その点、同じ目標でもC さんの目標は「すごい作家になる」という「やりたい目標」です。自分が「やりたい目標」なので、その目標に向かって何かに打ち込むことを楽しい気持ちでやることのできるのです。

目標を達成するには、楽しみながら目標に向かうことがいちばん大切です。そのためには目標を達成するまでの苦しい気持ちではなく、目標を達成した時のワクワクした気持ちやうれしい気持ちを想像することが一番です。例えば、掃除をするときに「掃除はやらなければならないこと」と思いながらやる人は、掃除はつらくて大変と考えてしまいます。でも、掃除が終わった時のすがすがしさや部屋がきれいになった時の気持ちよさを想像しながら掃除をすることができる人は、掃除を楽しんでやることのできるものです。

皆さんもぜひ心がワクワクするような目標を立ててみてください。そしてそれを紙に書いて、毎日見えるところに貼ってみましょう。きっと毎日ワクワクと楽しい気持ちになれて、しかも知らないうちに目標を達成することができてしまうかもしれませんよ。ぜひやってみてください。

■自分の人生を幸せに生きるか、不幸に生きるか。これは実は、自分の周りに起きた出来事の内容には意味がありません。大切なのは起きたことを自分自身がどうとらえるかです。例えばコップに水が半分入っている。これを「水が半分しか入っていない」と思うか、「水が半分も入っている」と思うかの違いでその幸福度は変わります。心理学ではこの現象を「フレーミング」と言います。

妙典小の子どもたちには今も、これからも、幸せでいてほしいというのが私たちの究極の願いです。そのためには山あり谷ありの人生を生きてきた大人が、幸せでいられるための「考え方」や「ものの見方」を子どもたちに伝えていかななくてはなりません。

■学校では毎日いろいろなことが起こります。決して楽しいことばかりではありません。学校から帰ってきたお子さんがつらいこと、困ったこと、悲しいことをお父さん、お母さんに打ち明けてきたら、その気持ちに共感しながらも、それを乗り切るための考え方、ものの見方をどうか明るく語ってあげてほしいと思います。キーワードは「ワクワク」です。

■今年1年が子どもたちにとって素晴らしい年になることを心から願いつつ…。

