

が り ょ う て ん せ い
画 竜 点 睛

担当 樹神睦明

月訓 『積極進取』

自分から進んで物事に取り組み、新しいことに挑戦する姿勢のことです。待っているだけではなく、自分でチャンスをつかみに行くことが必要です。

人は見たいものは、一生懸命興味を持って見ます。しかし、自分が関心のない事柄には、見ているようで実際は見えていないことがほとんどです。目を向けることすらありません。だからこそ、自ら進んで取り組もうとする強い意志と積極的な行動が大切です。自分のできる範囲にとらわれることなく、それ以上にできると考え、行動をしてみましょう。自らの手で、人生を変えていきましょう。

☆10月の行事予定

1	水	MIKA-1 グランプリ(各自弁当持参)	16	木	中間試験③
2	木	MIKA-1 グランプリ予備日(各自弁当持参)	17	金	中間試験④
3	金		18	土	受験対策講座⑪
4	土	受験策講座⑩	19	日	
5	日	下期第一種電気工事士学科試験 第2回実用英語検定一次	20	月	
6	月	全校朝礼 避難訓練	21	火	執行部合同会
7	火		22	水	
8	水		23	木	常任委員会
9	木	ベネッセ駿台記述(午後)	24	金	
10	金	ベネッセ駿台(終日)	25	土	
11	土	愛産大 学園祭	26	日	下期第二種電気工事士学科試験
12	日	愛産大 学園祭	27	月	全校朝礼
13	月	(祝)スポーツの日	28	火	
14	火	中間試験①	29	水	
15	水	中間試験②	30	木	
			31	金	

☆相手のことを認め、自らのことを理解してもらう。そして、ともに同じ場所で生きていくことを模索する。

自分が生きている世界(場所)を居心地良くしていく方法の一つが、この「**相手を認め、自分を理解してもらう**」ことだと思います。**争いや対立ではなく、共生していく社会の確立**を私たちみんなの目標としたいものです。少しこの機会に考えてみましょう。

I 相手のことを認めるとは

1. 『クラスメンバーのことを認めていますか?』

いつも話をする友達ではなく、クラスメンバーですよ。この質問にきちんと答えることができますか?名前もよく覚えていない、部活動何しているか知らない、何が好き?嫌いなものは?どんなこと普段考えているの?など、わからないことが多くありませんか。それでは、相手を認めることができません。相手のことを認めるためには、まずは、**関心をもって相手のことを知る**ことが大切なのです。

そのためには、①相手の話に耳を傾けること。②相手の価値観や背景に興味を持つこと。これらを実行するには、相手と話を増やすことが必要です。会話を増やす機会があれば、以下のことに気をつけながら、関わっていきましょう。

2. 関心を持って『共感すること』 話を聞いて『相手の気持ちに寄り添うこと』

「それは大変だったね」「嬉しかったんだね」と感情を肯定的に受け止めましょう。相手の感情を否定してはいけません。感情の否定は、相手を認めることにつながりません。相手はとてもしやな気持ちになってしまいます。次に、その感情や行動の違いを受け入れること。自分と違う考え方や生き方を否定せず、尊重することです。「そういう考え方もあるんだね」と柔軟に受け止める気持ちが必要です。

3. 言葉で伝えること

そして、言葉で伝えてください。「あなたの〇〇なところ、すごいと思う」「いつも助けてくれてありがとう」など、認める気持ちを言葉にしてください。言葉に表さなければ、相手はあなたの気持ちに気づくことができません。「言わなくてもわかるでしょう」は伝わっていません。

4. 評価ではなく理解を意識すること

「良い・悪い」ではなく、「その人らしさ」を理解しようとする姿勢を持ちましょう。相手の存在そのものを大切にすること。何かをしてくれたから認めるのではなく、「いてくれて嬉しい」と思えるように考えることが大切です。相手の存在そのものを大切にすることは、とても大切なことです。相手がそこに存在することは、まぎれもない事実だからです。相手を認めるためには、その存在を否定することなどしてはいけません。

Ⅱ 自分を認めてもらうために必要なこと

1. まず自分で自分を認めましょう

他人に認めてもらう前に、自分で自分の価値を理解することが大切です。「自分にはこういう良さがある」「これだけ頑張ってきた」と、自分を肯定する習慣を持ちましょう。

2. 自分の思いや考えを伝える努力をしよう

相手にわかってもらうには、言葉や態度で伝えることが必要です。「こういうことを大切にしている」「こんなふうに感じている」と素直に話すことで、相手はあなたへの理解が深まります。あなたの態度も重要です。相手は、あなたの言葉と態度であなたのことを理解しようとします。あなたの気持ちと態度がずれていると、相手に正しく伝わりません。

3. 認めてもらうには、相手との信頼関係が大切です。

一方的に求めるのではなく、相手の気持ちを尊重することで、心が通いやすくなります。言葉だけでなく、あなたの誠実な態度や努力が相手の心に響きます。継続的な姿勢や態度が、信頼や評価につながるのです。

4. 無理に認められようとしないこと

認めてくれる人もいれば、そうでない人もいます。まずは、認めてくれる人との関係を大切に、無理に全員に好かれようとしないことも心の安定につながります。

すべてのことを心がけることができると良いですが、良いとわかっていても実現していくことは困難を伴います。しかし、相手を理解しようとする姿勢と自分を認めてもらう努力を続けることはとても大切なことです。この学年通信を読んで、相手との関係を築き上げる時の自分の行動を見直す機会にして欲しいです。

最後に、『認める』ことと『理解してもらおう』ということは、相手との勝ち負けではなく、違いを認めた上で共通点を探していくことです。争いを「どちらが正しいか」ではなく、「どうすればお互いに納得できるか」に焦点を当て、共通の目的や価値を見つけていくことが大切と考えます。