

「お金のかからないオシャレ」

2026・6・8 校長 重枝一郎

「魔の6月」という言葉を昔、生徒に言っていました。なぜか？4月5月は緊張感をもって丁寧にまわりのことを考えていたのに、6月は少し気持ちが緩むことが多くなるからです。その一つに「言葉」が変わることがあります。「言葉」がアサーティブでなくなるということです。以下の話は、中1・高1対象で、4月に私がアサーションTRをした際に語った内容の一部になります。また、後で、裏面のチェック表で、今の自分のこと、クラスのことを振り返ってみよう。

言葉一つでクラスが変わる。

つまり、「アサーティブな人になろう」です。

「アサーティブ」とは、自分も相手も大切にすることを発することです。

「アサーティブ」になるための練習を「アサーショントレーニング」と言います。みんな、自分の言動が、「自分よしなのか、相手よしなのか、みんなよしなのか」を想像して、行動することを学習します。

さて、「言葉一つで・・・」ということですが、例えば・・・

「はい、これ宿題ね」って言われたら、「エ～めんどくさいよ～」っていう感情になる。

でも、「今日、焼肉ね」って言われたら、「イエーイやったー！」っていう感情になる。

つまり、言葉一つで感情が変わる。気持ちが変わる。

だから、「ありがとう」って言われたら、うれしい気分になる。

でも、汚い言葉を言われたら、嫌な気分になる。

言葉と感情ってくっついていてことなのです。

いい言葉をどれだけ使うかってとても大事なことです。

だから、みんなにまずやってほしいことは、言葉が大切という考えをもってほしいこととなります。

私は、「言葉って、お金のかからないオシャレ」って思っています。

プラスのオシャレな言葉を増やすだけで、クラスはよくなります。

これが楽しい学校をつくる秘訣なんです。

でもこれだけでは、足りません。

本当に楽しい学校をつくりたいと思うなら、人に優しくなろう。

人に優しくありたいと思うなら、「相手がしてほしいことって何だろう？」って想像することが大事になります。「こうしたら相手は喜ぶんじゃないかな」「こんな言葉をかけられたらいいな」って考えているその時間が、優しさを身に付ける練習時間になります。

そして誰かにアサーティブに声をかけてみよう。想像しているだけだと、あなた「心」の中で誰にも見えないけど、その「心」を表出する「心遣い」は見える。そしてその「心」は伝わる。

ちょっと再チェックしてみましょう。

- 教室にごみが落ちている。
- 椅子が出ている。机の上が散らかっている。
- 授業が始まって、しばらくしないと集中できない。
- 姿勢が悪い人が増えている。
- ノートやプリントの字や扱いが雑になっている。
- 忘れ物が増える。
- ケガが多くなる。
- 先生の指示が通らない。
- 友だちへの配慮ができない人が増える。
- 友だちと嫌な感じの目くばせをする人が増える。
- 友だちにきつく注意をする人が増える。
- 立場の弱い人に対して強く当たる。
- 掃除の取組が弱くなる。
- 人の陰口を言う人が増える。

これらの項目のうち一つでも当てはまることがあれば要注意です。予兆を感じたら、今すぐ、もう一人の自分が、自分に命令してください。そして、クラスのみんなで4月に決めた学級のルール・マナーを呼びかけよう。「自分の成長とチームの成長をしっかりと考えて、行動しよう！！」と。

お祈りをします

主なる神様

人に優しくできる心を持っている生徒であることに感謝します

これからも、その心を、まわりの誰かのために、心遣いができるよう、

その時々にはふさわしい知恵と勇気をお与えください

この感謝と願いを主イエス・キリストの御名によってお祈りいたします

アーメン