



～挑戦・輝き・感動～

(いのち)

生命 輝く学校

平成29年10月2日(月)

相模原市立共和中学校

平成29年度 第6号

「レジリエンス」

生徒指導主任 森本武満

レジリエンスという言葉があります。英語で「復元力」「弾力性」という意味です。

近年、心理学や精神医学の分野で「心の回復力」や「立ち直る力」を意味する言葉として注目されています。現代社会は様々な情報であふれており、なにかと比べて不安を強めたり、人との関係性の中で落ち込んだり、悩んだりします。「強く折れない心」を作っていくことより、傷つき、落ち込み、失敗しても、そこから切り替えやり直そうとする意欲、立ち直る力…「レジリエンス」が、現代社会(中学生生活を含む)を生き抜くために必要だと言われているのかもしれませんが。

さて、中学生時代「思春期」は対人関係を含め、理想の自己像と現実の自分とのギャップに思い悩む時期だと言われています。言い換えれば、思い通りにいかず折れかけた心を「よし」と切り替えたり、人を頼って立ち直る経験をするなど、「レジリエンス」の力を高める絶好の時期なのかもしれません。苦手なことや弱さもある自分を受け入れ、良い結果に繋がらなかったとしてもベストをつくした経験が将来の社会生活に生かされます。自分を認められるようになることが、様々な他者がいることも認められるようになるのかもしれません。

人は、逆境やストレスそのものを避けて生きていくことはできません。

しかし、逆境をバネにし、それをも成長の糧にしてしまうポジティブな姿勢を築くこと、心を竹のようにしなやかにすることで、どんなストレスがあっても元に戻ることができるのです。

「レジリエンス」は、人間に本来備わっているものですが、現代人はストレスを多く抱え、その力は弱まりがちです。いかに充実した人生を送るか悩んでいる人々の要求に応えるため「レジリエンス」の必要性が高まっています。

学校を支えてくれる人達

学校には教育活動を陰で支えてくれている様々な職種の方がいます。日頃、生徒や保護者の皆さまはあまりお気づきにならないと思いますが、この方々の存在なしに充実した教育活動を行うことはできません。

例えば、朝練習のための昇降口の開錠、そして、生徒下校後の校舎の施錠確認等は、全て学校技能員さんによって行われています。さらに、校舎内外の清掃や修繕などにも、労を厭わず取り組んでいただいています。

また、授業等で使う消耗品(石灰やチョーク、印刷用紙など)や備品は、全て事務職員の信夫さんが、過不足がないように計画的な予算執行を行ってくれています。

このように、学校は教師のみならず、多くの人達の手によって支えられていることを改めて痛感する今日この頃です。



久保田さん



井上さん



松橋さん



木場さん

【お知らせ】NEWS

－ ど根性ひまわり8世の種を配布します!! －

10/12(木)、共和中祭ステージ部門において、ひまわりの種を来場者に差し上げます。これは東日本大震災で被災した石巻から譲り受けた種で、今年で8世代目になりました。本校で収穫されたものです。



(編集・文責 校長 山口則夫)