



【自主 敬愛 勇健】～生徒も教師も生き生きと活動する学校～

<PTAおやこ講演会から> ～心を強くするための「お守り言葉」を持ちましょう～

PTA主催による「PTAおやこ講演会」は毎年開催していますが、今年度は11月4日(火)の授業参観日に合わせて開催しました。今年度の講師の先生は、メンタルトレーナーとして全国各地でご講演をされ、また、多くの書籍も執筆されている加藤史子さんです。ご多忙の中、お越しいただき、「こころのめがねで見てみよう～思春期の親子の自信のもち方～」という演題でご講演をいただきました。体験的な活動を取り入れてお話しくださったり、ご自分の実際の経験もお話しくださったりして、時間が足りないくらいの充実した内容でした。



講演会のチラシ(制作: 教養部長)

多感な時期を過ごし、色々な悩みや不安を抱える中学生にとって励みになり、また、支える立場である私たちや保護者の方々にとっても役立つお話であったと思います。「嫌なことが続いてしまうと、とかくマイナスの考え方が頭の中を占めてしまいがちですが、プラスの考え方に転換することで、解決の糸口が見えてきたり、乗り切っていこうという意欲が湧いてきたりする」というお話には、私も数々の経験をしてきているので共感できました。「プラスの考え方で、前向きに進んでいくことはよい成果につながっていく」ということは、多くの生徒が納得したことと思います。

不安や緊張で、自信がなくなったり、弱気になったりしたときに、それを和らげる「お守りの言葉」を持っていくとよいというお話の中で、生徒からたくさんの言葉が出されました。「いい言葉だな」と思えるものがいくつかありましたので、使っていきたいと思います。ちなみに、私が何か新しいことに取り組みを始める時に、心の中でつぶやく言葉は、「Yes, we can!」です。元アメリカ大統領のオバマ氏が使っていた有名なキャッチフレーズで、私はとても気に入っています。

生徒が健やかに逞しく生きていくための支援をしていくことは学校の役目ですが、ご家庭や地域にもご協力していただく必要があります。これからも協力し合って、生徒がプラスの考え方をもって生活できるように、日常での会話を多くし、「認める・励ます・褒める・感謝する」支援をしていきたいです。

講演会のみならず、授業参観や学級・学年PTAにも多くの保護者の皆様にご出席いただきましたことに、感謝申し上げます。お忙しい中、ありがとうございました。

※お話を聴きながら、高校時代の部活動の大会で、チームの監督が「弱気になってしまったときは、『勝利して喜んでいる自分の姿を思い浮かべろ』と、口癖のように言ってくれていた記憶が蘇ってきました。それも前向きになり自信をもつためのプラスの考え方であったのだと納得しました。強くイメージしても、試合で逆転勝利するということはほとんどありませんでしたが、「負けてしまったら嫌だな」という気持ちは薄れていったので、効果は確かにあったと思います。

※右上の講演会のチラシは、PTA教養部の部長さん(吉田さん)に作成していただきました。参加してみたいという気持ちを引き出してくれるような素晴らしい作品であると思います。講師の先生も、「いただいたチラシの中で過去一番のものだと思います」と絶賛されていました。ありがとうございました。

