

神根中だより

～自他共に認め合い学び合う

夢と笑顔と潤いのある学校～

令和8年10月号

学校教育目標
主体的に学び合い
心豊かで たくましい生徒



川口市立神根中学校

〒333-0823 埼玉県川口市石神1515-1

電話 (048) 296-7025

実りの秋に「ポジティブ思考」

校長 寺田 和成

早いもので10月、朝夕の風に少しずつ秋の気配を感じる季節となりました。先月17日より陸上競技をスタートに、運動部の市民体育祭（新人戦）が行われ、また校内では、今月10日（土）の第47回体育祭に向けて準備や練習が始まるなど、まさに「スポーツの秋」到来といったところです。秋は、これまで大切に育ててきたものが実を結ぶ「実り」の季節です。学校生活においても、これまでの学習や行事、仲間との関わりなど、一つ一つの経験が生徒たちの成長という「実り」となる時季でもあります。そんな秋に、ぜひ大切にしてほしいのが「ポジティブ思考」です。

ポジティブ思考とは、何でも「大丈夫」「うまくいく」と考えることではありません。失敗や困難に直面したときに、「何でできなかったのだろう」「自分はだめだ」と落ち込むだけで終わらせずに、「次はどうすればよいだろう」「ここから何ができるだろう」「この経験を次に生かそう」と、物事や自分を肯定的に捉え、前向きに考えることです。こうした小さな考え方の違いを積み重ねることで、それがやがて大きな成長へつながっていくのだと、私は感じます。

人はいつも順調に進めるわけではありません。うまくいかないことや、思い通りにならないこともたくさんあります。しかし、それを単に「失敗としての経験」で終わらせるのか、それとも「成長するための経験」と捉えるのかによって、その先の歩みは変わっていくのだと思います。

もう10年以上前になりますが、「ネガボ辞典」というものが話題になりました。これは、当時高校2年生の札幌市の女子高生2人が考案したもので、ネガティブ（後ろ向き）な言葉をポジティブ（前向き）な表現に言い換える言葉が掲載されたものです。例えば、「飽きっぽい」は「気持ちの切り替えが早い」、「頭が固い」は「芯が強い」、「融通が利かない」は「周りに流されない」など、いろいろとポジティブな言葉に変換されています。発表した翌年には無料アプリ化され、さらにその翌年には書籍化もされています。考案した2人は、「同じことを表現するなら、前向きになれる言葉を選ぶようにすれば、生きる自信が湧くはずだ」と思いついたそうです。

物事には多面性があるので、一方から見ただけではわからないことが、別の方向から見るとわかったり、気づいたりすることがあります。人もまったく同じで、「自分は（あの人は）こうだから」と決めつけず、違った角度から、それもポジティブな方向から眺めてみると、自分の良いところが見つかったり、相手の良い面を捉えることができたりします。そういった意味では、このネガボ辞典はとても効果があるように思います。ちなみに、この辞典では「ネガティブ」は「思慮深い＝物事をきちんと考えている証拠」とされています。ネガティブさえもポジティブに・・・と賛否はあるかもしれませんが、しかし、ポジティブな言葉や考え方は、間違いなく「人の心も自分の心も元気にする」と、私は思っています。

秋が深まるにつれて木々が少しずつ色づき、豊かな実りを迎えるように、生徒たちにも日々の挑戦や努力を積み重ねながら、一人一人の「実り」を大きく育ててほしいと願います。これからもお互いを認め合い、高め合い、失敗を恐れずに挑戦できる温かくポジティブな雰囲気を、学校全体でつくっていききたいと思っています。