

# 永小だより

平成30年2月28日発行

第7号

TEL 48-2811

FAX 48-2816

## リフレーミング(reframing)の大切さ

校長 鎌上 彰

何年か前のことです。低学年の男の子が、ジバニャンが気になったのか、じーっと掲示板を見ていました。わたしは、その子に声を掛けて、「〇〇君は、自分のことをどのタイプだと思う？」と聞いてみました。ふだん教室では、集中することがちょっと苦手な子です。その子は、しばし考えながら、『すぐに調子にのって言われてしまう』を選びました。わたしは、「へえー、自分の短所をちゃんと分かっているんだ」と思ったのと同時に、「いつも、周りからそう言われているんだらうな」とも思いました。早速、カードを裏返して一緒に読みました。「『周りの人たちや雰囲気明るくできる人だね』って書いてあるよ。すごいね!」と伝えると、その子は、ちょっと嬉しにかみながら教室へ戻っていきました。

児童精神科医の古荘純一氏の著書に「日本の子どもの自尊感情はなぜ低いのか」というのがあります。ユニセフの調査によると、日本の子どもたちの主観的な幸福度は、先進国の中でも最低で、自分に自信がない、自分自身や学校への満足度も低く、「居場所がない」「疲れた」という訴えをする子どもたちが非常に多いのだそうです。程度の差こそあれ、本校の子どもたちにも、似たような兆候が見受けられるのかも知れません。

昨年4月に実施した全国学力・学習状況調査の児童質問紙に、「自分にはよいところがあると思えますか?」という設問がありました。本校の子どもたちは、肯定的な回答が8割を超えますが、否定的な回答も約2割に及びます。単純に考えて、クラスに5~6人は、自分に自信がもてない子がいるということになります。子どものアンケートですから、その時々で数値も変わりやすいのですが、2割近くの子どもたちは、自分に対してネガティブなイメージしかもてていないということになります。子どもたちの心が疲弊していく前に、子どもたちの自尊感情・自己肯定感を高めていく必要があります。

そもそも、自尊感情とは、自己を評価する感情であり、周囲からの評価が大きく作用し、とりわけ、「よさ」を容認されることで高まると言われています。『話を聞けない子』『落ち着きのない子』『優柔不断な子』『××××な子』etcそんな評価・枠組みをいつも子どもに押し付けてしまうのは、親や教師である大人です。自分の短所を知ることは大切なことですが、往々にして、押し付けられた評価・枠組みに縛られ、「どうせ、ぼく(わたし)なんか…」と自信をなくし、“劣等感”をもつ子どもも多いものです。「この子ならきっとやれるに違いない」と周囲に期待を掛けられている子どもは、その期待どおりの活躍をすることがあります。一方で、「どうせこの子には無理だ」と見放されている子どもは、本来持っている力よりも低い活躍しかできないことがあります。前者を「ビッグマリオン効果」、後者を「ゴーレム効果」と言うのだそうです。心理学の理論を盲目的に信じる気はありませんが、単純に、けなされるよりも褒められる方がうれしいに決まっています。以前、ACの「大人を褒めよう!」なんていうCMもありました。なんとなく、自分に自信をもてない子どもたちがそのまま大きくなり大人になっている世相を示しているようにも感じていました。

リフレーミングには、“意味のリフレーミング”と“状況のリフレーミング”があるのですが、“意味のリフレーミング”でよく例に出されるのが「コップの水」のお話です。コップに半分の水を「もう半分しかない…」と思うか、「まだ半分もある!」と思うかでは受け止め方が随分と違います。物事をポジティブに前向きに考えていけば、新しい展望も開けるはず。リフレーミングで、認知の枠組みを変え、ポジティブに物事を捉える目を大人も子どもも、もちたいものです。



### あなたのよいところはどこかな?



自分では「よくないなあ」と思っていることを、**見方や考え方を変えて「いいところ」に変えることを「リフレーミング」といいます。**カードの表に書いてあることは「自分でよくないなあ」と思っていること。次にカードをめくってみてください。見方を変えると自分の「いいところ」に気づくことができます。一人一人いいところがたくさんあります。自分や友だちの「いいところ」を見つけて、自分をもっと好きになりましょう!

|                                              |                                           |                                   |                                      |                              |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|------------------------------|
| <p>あわてんぼう<br/>なんだよなあ</p>                     | <p>おとなしいことが<br/>気になる...</p>               | <p>なみだもろいんだ...</p>                | <p>いつも周りを<br/>気にしてしまう...</p>         | <p>すぐに調子にのって<br/>言われてしまう</p> |
| <p>すぐに行動できるって、すごいことだよ。行動する前に一呼吸つければ、大丈夫。</p> | <p>おだやかで、ひかえめなんだね。おとなしいことは、悪いことじゃないよ。</p> | <p>人の痛みがわかる、やさしい心は、素晴らしい証拠だよ。</p> | <p>心くばりができるといいことだね。自分に自信をもって大丈夫。</p> | <p>周りの人たちや雰囲気を明るくできる人だね。</p> |

# ドレミタイム発表会

1月24日（水）に、今年度のドレミタイム発表会を行いました。学年ごとに、練習してきた歌を披露し、最後に全校合唱で「風の子」を歌いました。体育館は「永山っ子」の歌声でいっぱいになり、来校していただいた方々から、「すてきでした」「感動しました」等の言葉をいただいたところです。保護者の方々、地域の方々、たくさんの温かい声援をありがとうございました。



鎌上校長先生の講評  
～すばらしい歌声でした～



5年生 「たしかな一歩」



4年生 「怪獣のバラード」



1年生 「たのしいね」



2年生 「はじめの一歩」



3年生 「ONE」 いい笑顔！



6年生 「宝島」 さすが6年生！

# スキー学習終了

1月18日（木）から始まったスキー学習も2月6日（火）をもって終了しました。各学年のスキー学習に、たくさんの保護者の方々にボランティアとして参加いただきました。授業中に「トイレに行きたい!」「スキーが履けない!」等の対応をしていただいたり、滑っているグループの補助に付いていただいたりと、大変助かりました。今後とも、よろしくお願いいたします。



サンタブレゼントパークスキー場、ブラスキーリフトの降り場付近～さあ、滑るぞ!～



さあ、準備体操を行って学習開始! 天気は最高、気分も最高!!

## 児童会役員選挙

19日（月）の5時間目に、体育館におきまして、平成30年度の前期児童会役員を決める「児童会役員選挙」を行いました。立候補者は、それぞれに、自分の「公約」をしっかりと伝え、児童会役員として「永山っ子」を引っ張っていきたい気持ちを演説で訴えていました。



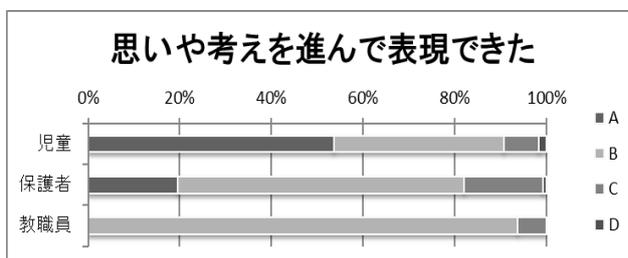
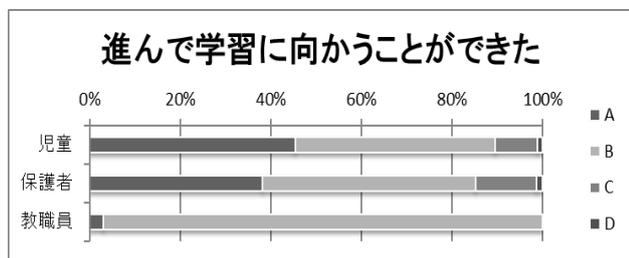
「風の子」を作詞作曲していただいた  
児玉梨奈さんが  
「北海道観光大使」に!!



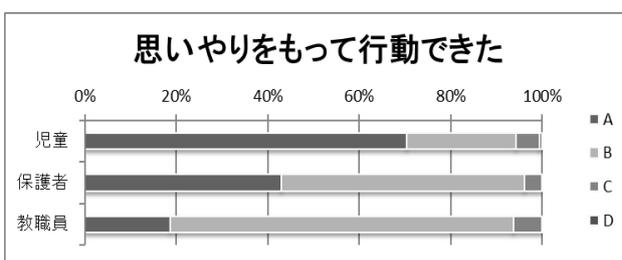
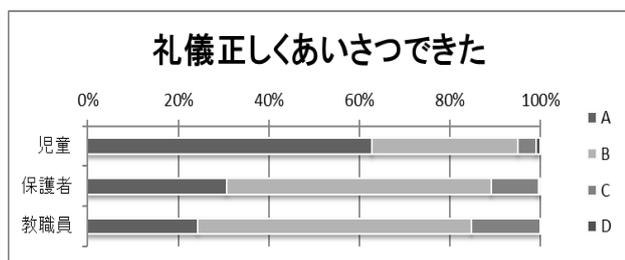
1月24日のドレミタイム発表会に来ていただいた折に、お知らせいただきました。おめでとうございます。

2学期末に行った、「今年度重点目標の2学期達成状況保護者アンケート」ですが、お忙しい中、ご協力いただきましてありがとうございました。集計がまとまりましたので「児童アンケート」「教職員自己評価」と合わせて、次のとおり結果をお知らせいたします。3学期、そして来年度は、この結果をもとに、さらにより教育活動ができるよう、全教職員が一丸となって取り組んで参ります。

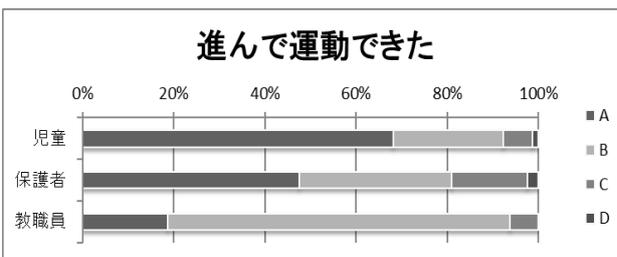
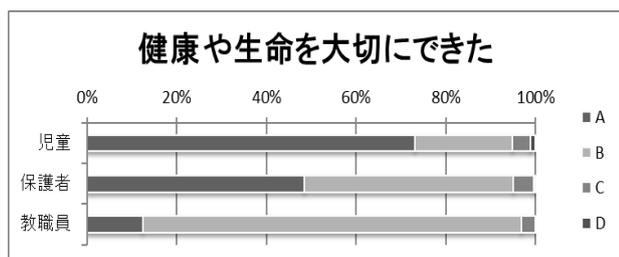
1 学習習慣を身に付け、自ら学び、思いや考えを進んで表現できる子ども



2 礼儀正しくあいさつし、他を思いやり、協働的に学ぶ子ども



3 自他の健康や生命を大切にし、進んで運動に親しむ子ども



<考察>

- 「自分から進んで学習～」は、前期と比較すると、児童、保護者、教職員ともA+Bの数値が高くなっており、児童の記述も意欲的なものが多いです。今後も、授業づくりの工夫や基礎・基本の定着に重点をおき取組を進めていきます。
- 「礼儀正しくあいさつ～」は、前期と比較すると、児童、保護者の数値が上がっています。特に3学期は、子どもたちの意識が向上し、あいさつが定着しつつあると考えられますが、これまで以上に、「心のこもったあいさつ」が交わされるよう全校・地域に広めていきます。
- 「進んで運動～」は、前期と比較すると、児童、教職員の数値が高くなっています。2学期から本校舎での生活になり、体育館やグラウンドでの活動機会が増えました。今後も、体力向上に向けて、外での活動や遊び、体力づくりへの積極的な働き掛けを行います。

**3月の行事予定**

- 1 木 安全点検日
- 2 金 集会 委員会  
卒業式特別時間割開始
- 8 木 交通安全街頭指導
- 9 金 実行委員会
- 1 3 火 お別れの式 1・2・6年
- 1 4 水 同窓会入会式
- 1 5 木 卒業式総練習

- 1 6 金 会場準備(実行委員会③)
- 1 7 土 第121回卒業証書授与式  
(1・2年臨時休業日)
- 1 9 月 振替休業日
- 2 0 火 卒業式後片付け
- 2 1 水 春分の日
- 2 3 金 修了式 離任式 給食なし
- 2 4 土 学年末休業(~31日)