

学校だより YAMADA

新潟市立山田小学校

令和2年 1月10日

404名(1.7 現在)

TEL.025-377-2114

やまだ

Email: e717yamada-yakifuna@city-niigata.ed.jp

<http://www.yamada-es.city-niigata.ed.jp/>

「レジリエンス」

校長 金塚 一明

教師になってすでに30数年を越えています。

中越、下越、佐渡、新潟市…いろんな学校で、たくさん子どもたちに接してきましたが、いずれの学校でも似たような場面を見えています。例えば…

- ・水泳シーズンになると「見学」の子が増える。
- ・マラソン練習が始まると「足やお腹が痛い」と保健室で休む子が多くなる。

子どもが上手に理由付けをしても、見ていればそれが本当かどうか教師には分かります。人間誰しも苦しいことや苦手なことを避けようとするものです。いい年をした大人の私でもそうなのですから、子どもならなおさらです。

ですが、子どもたちが生きる未来は、楽しいことばかりではなく、水泳やマラソンなどとは比べものにならないくらいにつらいことや苦しいこともたくさんあるはずです。

そんな時、そこから逃げてつぶれてしまうか、乗り越えて成長していけるかを分けるものは何なのでしょう？

以前は、一昔前の部活動のように叱咤激励し、厳しく指導することで逆境に負けない心と身体を育てようとしていたように思います。精神論、根性論でした。

しかし、今は何か違うのではないかと感じています。

その答えとして、最近注目されている力があります。

レジリエンス

「精神的回復力」「復元力」「耐久力」「逆境から素早く立ち直り、成長する能力」

※ナチスのホロコーストの追跡調査で、立ち直れた人とそうでない人の差を調べたことがきっかけ。

※日本では東日本大震災後に注目されるようになった。

※先天的なものではなく、鍛えられる。測ることができる。

※欧米では学歴やスキルよりレジリエンスの高さを重視する企業がある。

弾力あるゴムボールのイメージでしょうか。たとえ圧を掛けられつぶされても、しなやかに元に戻る。そんな力です。以前のイメージは逆境に負けない堅い鎧をまとわせるようなものでした。

将来、子どもたちが困難に出会った時、堅い鎧で耐えるのではなく、その圧をしなやかに受け止め跳ね返すことができるよう、レジリエンスを身に付けさせたいと思っています。

どんな困難にも負けず、それを乗り越えて成長してほしいと願うからです。

大ざっぱにまとめると、レジリエンスの高い人には次のような特徴があるそうです。

- ① 感情（特に怒り）をコントロールできる。いろんなことに楽観的である。
- ② 自尊心や自信をもっている。
- ③ 自分を認め、支えてくれる人がいる。

お子さんはどうですか？当てはまりますか？

ストレスを乗り越えさせる経験を意図的にさせていくことが大切です。そして、その過程で「大丈夫だよ」「すごいね」「私がついてるよ」…学校と家庭でこんな声を掛け続けることで子どもたちのレジリエンスを高めていけそうです。

学校や家庭（親）の役目は、子どもたちがどんな状況に出会っても自分の道を切り拓いていける、このレジリエンスのような力を身に付けさせて未来に送り出すことだと思っています。

新しい1年が始まりました。本年もどうぞよろしくお願いします。