

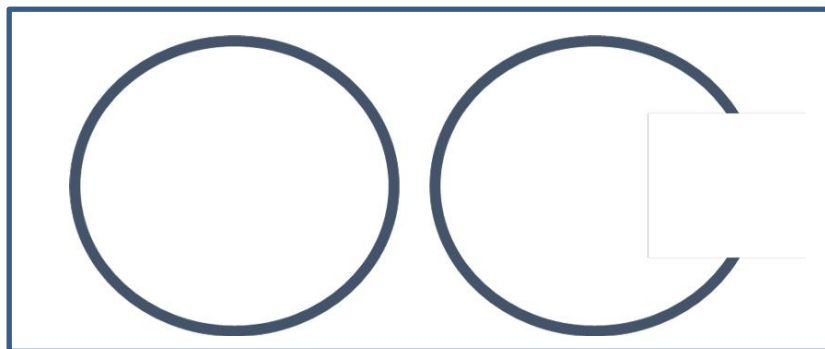


ゲシュタルトの輪

校長 岩本 眞由美

突然ですが、皆さん、右図をご覧ください。
この図のどこを注目しましたか。

この図はゲシュタルトの輪といいます。ゲシュタルトとはドイツ語で「かたち（形）」を意味する言葉で、この図は心理学の世界では有名な図です。このテストでは、図の欠けている部分に注目する人のほうが多いという結果が出たそうです。しかも、半分くらい欠けている状態より、少し欠けているだけのほうが気になるそうです。このように人間は完全なものより不完全なものが気になるように無意識が働くため、長所より短所、いい部分より悪い部分、つまり足りない部分に意識が向きがちということなのです。欠点はほんの少しで、いい部分が大半なのに、ほんの小さな欠点を気にしてしまう人が多いのです。



- ・〇〇がうまくできなかった。
- ・××が予定通りいかなかった。
- ・△△が、前に進まなかった。

といったように「欠けている（＝うまくいかなかった）点」ばかりが出てきた人は、ストレスがたまりやすい傾向があるのではないのでしょうか。つまり、「あるもの」より、「ないもの」に注目し、そこに不満を抱え、「なんとかならないだろうか？」ということを考えてしまいがちなのです。ただ、冷静に考えてみましょう。「ないもの」は上記の図でいえば2割程度で、8割が「あるもの」なわけです。だとしたら、俯瞰して全体を捉え、「ないもの」は受け止めつつ、「あるもの」の方にも注目し、その活用法を考える方が建設的ではないのでしょうか。そもそも欠けている部分がない人など存在しません。言い換えると、欠けている部分こそが個性だということです。

人間関係でもこのことがあてはまると思います。友達を見るときに、本来、嫌だな、不愉快だなということに反応してしまいがちになります。そこを見いだすと、さらに気になります。自分が嫌だなと思っていたことを友達から「あの子〇〇で嫌だね」といわれるとさらにひどくなります。更に進むと、いじめのスタートになる可能性があります。一部分の欠点に注目しすぎないで、良い面を見るようにするとポジティブなスパイラルになってきます。

合唱コンクールの取組はどうでしたか。歌が苦手な人。人前で歌うのは好きじゃない人。声量が思うほど出ない人。等、様々な特徴をもち合わせた人たちがクラスにはいました。練習していくなかで、その点を責めましたか。そんなことはしていないはずです。色々考え、工夫してそのクラスの合唱を創りあげ、響き合わせました。だから、素晴らしい、感動を与える合唱コンクールだったはずです。

これからも、友達の欠点ではなく、良い面を見るように心がけ、東原中学校のすべての生徒が今まで以上に認め合い、励まし合える関係を築きあげることを期待します。

【11・12月の主な予定】

11月15日(水) …期末考査(～17日)	12月2日(土) …土曜授業 震災救援所訓練(1)
20日(月) …復習確認テスト(2・3)	4日(月) …面接週間(～8日)
22日(水) …移動プラネタリウム(3)	6日(水) …区駅伝大会前検診
専門委員会・学校委員会	10日(日) …区駅伝大会
26日(日) …英語スピーキングテスト(3)	13日(水) …専門委員会・学校委員会
27日(月) …生徒朝会(駅伝壮行会)	14日(木) …講演会
28日(火) …校外学習(2)	15日(金) …移動教室説明会(2)

※今月の主な予定は発行時点のものです。社会情勢等の変化により、変更となる場合があります。大きな予定の変更などは、学校配信メール等でお伝えします

教育活動の紹介

【道徳授業地区公開講座 10月7日(土)】

「自分と相手を大切にするために」というテーマで、中央大学人文科学研究所客員研究員/前防衛医科大学/精神看護学教授の高橋聡美先生をお招きして講演をしていただきました。ワークシートを使用し、今の自分について記入をさせたり、自分についてどう思うのか友達同士で話をしたり、多くの活動を取り入れ生徒に分かりやすく説明をしていただきました。ストレスの感じ方や、対応の仕方、これから生活していく上でよりよく過ごすためにはどのように気持ちをコントロールしていけばいいのかなど自分自身を振り返りヒントを教えてくださいました。



【合唱祭 10月24日(火)】

1日開催の合唱祭を、みなさまのご協力により無事開催することができました。

練習期間中の合唱交流では、お互いの歌声や態度が一層の刺激になったようで、それまで以上の歌声を目指して当日を迎えることができました。合唱だけでなく、吹奏楽部、混声合唱部の発表も、同じ空間で一緒に聞くことができる喜びを数年ぶりに感じる事ができたと思います。だれもが全力を発揮したことで、良い合唱祭になったと思います。保護者のみなさま、ありがとうございました。

