

生徒指導通心



12月



2020.12 第19号
生徒指導主任 川崎 洸嗣

寒さが厳しくなり、日の出から日の入りまで時間が短い季節になってきました!! 夏場同様の時間に起きることができていますか!? 夏も冬も時間は公平です。季節に惑わされない生活リズムを身に付けましょう!!

さてテストの返却も終わりましたが、結果はいかがでしたか!? このテストの結果を受けて、さらに向上心を持ち、次のステップに進んでいってほしいと思います。そんなテストの結果を気にしている皆さんに前向きになる方法を紹介します。結果はチャレンジの成果です。チャレンジも前向きに物事を考える事も、あなたたち個人の力です!!

【向上心を維持するコツ～失敗を受け入れ、自分を見つめる!!～】

向上心とは、「今の状態に満足せず、よりすぐれたもの、より高いものをめざして努力する心」のことです。なにか高い目標に向かって努力をしている人や、自分の能力、性質を今よりもっと成長させたいと考えることができる人が向上心のある人です。

テストが終わり、目標を見失うのではなく、テストの結果を受けて、今の自分の力をさらに具体的に向上させる人になってほしいと思います。そして今だからこそ、勉強以外でも自分を前に向かせる目標探しをしてみてもいいかもしれませんね!!



あなたは向上心がありますか!?

反省できますか!?

反省をすることも向上心の一つです。まずは問題点を謙虚に受け止め、改善に取り組みましょう!! 目を背け、現状の不満をつぶやかないように!!

自分の責任だと考えられていますか!?

失敗に対して、素直に認め、「それは自分の責任です」と躊躇なく言えるようになります。自分に非がある場合は、「必ず改善する」という気持ちが持てるように。また失敗を問われることを恐れ、自分以外に責任転嫁しないように!!

失敗を恐れていませんか!?

「失敗も成長の過程」です。チャレンジして成長するチャンスを見逃さないようにしましょう!!

前向きな考えは毎日の生活に直結してきます。毎日の生活を前向きに過ごせたら、さらなる目標となり、プラスの連鎖が起こってきます。しかし、あくまでも無理をするのではなく、自分のペースで成長し続けましょう!!

向上心を磨きたい人に!

※一朝一夕には身につきません

成功体験の積み重ね

小さな「成功体験」を積み、自己肯定感（自分を認める力）を高めましょう!!（頑張った自分は必ず自分でほめてあげて下さい）

目標の設定方法

「今の自分が頑張ればなんとか達成できる」くらいの目標を見つけることがベスト。自分で計画して、乗り越えることができる力を芽生えさせる!!

何か新しいことへ「挑戦」

新しいことへのチャレンジする必要は、失敗しても落ち込む必要がないからです。「失敗したって構わない」という心構えこそが、向上心で欠かせない力なのです!!

モチベーションを維持する

モチベーションを高く維持する秘訣は、「あと少し頑張れば達成できる」という適切な目標設定して成功を積み重ねることです!!

ありのままに自分を「評価」できるか

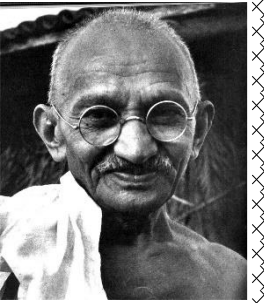
客観的に分析し評価することで、今の自分がやるべきことが明確になります。課題を明確にすることは、適切な目標設定にも繋がります。

Mahatma Gandhi マハトマ・ガンジー（1869～1948年）

“Find purpose, the means will follow.
（目的を見つけれ。手段は後からついてくる）”

インド出身の政治指導者。インド独立の原動力。
目標設定する時、まず最初に、どうやって実行していこうか、と考えるの

が普通かもしれません。しかし、ガンジーはまず目的（何の為にやろうとしているのか）を考えていくことが重要だと言っています。目的によっては、達成するための手段は変わりますし、明確な目的を持って発信していくことで力を貸してくれる人が出て、目標へスムーズに進んでいくこともあります。目的なき夢は意味を持ちません。自分が何の為にそのことを目指しているのかをしっかりと胸に刻むようにしましょう!!



【きしゅう君の自転車鍵掛けコンテスト2020の結果!!～来年こそは最優秀校を目指せ!!～】

皆さん施錠はできていますか!? 5月より取り組みを続けていた、鍵かけコンテストですが、残念ながら今回は受賞校には選出されませんでした。生活委員にはポスター作製、生徒会ではブラカードでの啓発活動を行い、伝達放送時には皆さんの耳に届けてきました。ご協力ありがとうございました。しかし、活動や施錠状態が他校より足りなかったみたいです。来年度以降、コンテストで受賞できるように、今から啓発や施錠の徹底を再度行いたいと思います。

最近の自転車盗の状況

自転車盗は犯罪の13%で第2位になっています。そのうち46%が小中高生の被害です。また被害中81%が無施錠での被害。つまり施錠の習慣を徹底する必要があります。本校でも、交通安全啓発時は100%に近くても、日が過ぎるにつれて、施錠率が低下します。今は施錠している人の割合の方が少ないのではないのでしょうか!?



【生徒指導からの連絡】

和歌山東警察署の生活安全課より防犯教室を行っていただきました。薬物の恐ろしさを知ることではできましたか!? 自分には関係ないと思っている人も多いと思いますが、様々な薬物が流通しているため、知らず知らずのうちに服用している場合もあるようです。今後そう言った間違った道に足を踏み入れないために、まずは目の前の生活習慣をしっかりと身に付け、自分に一番必要な力を鍛えるようにしましょう。東署の方も最後に話してくれましたが、今後は①自転車の盗難②SNSトラブル③飲酒や喫煙等の防止に努めましょう。冬休みまでもう少しです。毎日の学校生活を有意義に過ごしましょう!!

【お願い】貸し出し用の体操服が戻ってきておりません!! 借りた人は責任を持って早急に相談室へ返却をお願いします。

【今後の予定】

●保護者懇談会：12月18日（金）～23日（水） ●二学期終業式：12月24日（木） ●冬季休業開始：25日（金）～

●毎週火曜日（16時～17時） 個別相談実施中（相談室・保健室）

※相談したい事がある人は担任の先生、もしくは相談室（川崎）・保健室（林）へ直接連絡ください。

※日の出が遅くなっております。朝の発祥時間にゆとりを持ち、交通安全には十分に気をつけるように!!

※また暗くなるのが早くなっているため、塾等で外出する際も不審者への注意を十分にしてください!!

