未来貢献

校長だより　第４０号　　令和６年３月１日発行

“表情によって・・・”

　赤ちゃんは、とても表情が豊かで、うれしい時、嫌な時、眠い時など全て顔に出ます。しかし、年々いろいろな経験をし、多くの人と関わるうちに自分で感情をコントロールして表情を作ることができるようになっていきます。仲のいい友達や家族といるときはあまり表情を作ることはないかと思いますが。

　人は、表情を見てその人が今、機嫌がいいのか、悪いのか、うれしいのか、悲しいのかを判断することが多いです。朝、教室に入ったとき、友達が機嫌の悪そうな顔（表情）をしていたらどうでしょうか？また、顔（表情）だけならいいのですが、大声を出していたり、物を蹴飛ばしていたり、言葉や態度にまで出ていたらどうでしょうか？どんなに朝から気分良く登校した人もその場面に出くわしてしまえばどうなるでしょうか？部活動で、思うようなプレー、演奏ができなくてふてくされている仲間がいます。その後、チーム（部）の雰囲気はどうなるでしょうか？その後、チームは勝てるのでしょうか？いい演奏ができるのでしょうか？では、どうすれば、クラス、チーム（部）の雰囲気が良くなり、その後にいい活動（プレーや演奏）ができるようになるのでしょうか？

　部活動では、自分がよく言っていたのは、“失敗（エラー）したときこそ笑え”“声を出せ”でした。ソフトボール部は、９人で守っていたので、その中の１人でも落ち込んでいたり、ふてくされていたり、泣いていたりすると、他の選手が委縮したり、変に気を使ったりして、その後もミスが続き、自分たちのプレーが全くできなくなってしまうのです。ふてくされていたり、泣いたりするマイナスの表情は、笑顔などのプラスの表情より早く広がり、そのマイナスをプラスに戻すのはかなり難しいのです。クラスや部活動、行事などですでにリーダーやレギュラーとして活躍している人、これからその立場になる人が、それぞれの活動を良い方向に持っていきたい、強いチームにしたいと思っているなら、自身の表情を気にしてみてください。もし、ふてくされた顔をして、周りから声を掛けてもらえない、気を使われているでは要注意です。上手くいくかどうかの要因の一つは、前に立つ人の表情であったり、声のトーンなのです。 ４月から３年生は新しい場所での生活、１，２年生は学年が１つ上がり、後輩（新１年生）が入ってきます。いろいろな場面で多くの人や後輩と接し、一緒に行動する機会が増えると思います。その時、皆さんはどのような表情を意識しますか？・・ただ、いつも我慢しなくてはいけないということではありません。自分の思い、悩み、困っていることを話せる場所（人）を作って、ストレスを貯め過ぎないこともとても大切です。

　自分がエラー（ミス）をして、落ち込むな、笑え・・と言われてもと思う人はいると思います。でも悲劇のヒロインでは、次のステップには上がれないのです。上のステップに行きたければ、どこかで自分を強くしていくしかないのです。勉強も部活動も最後は自分でやるしかないのですから。上のステップ、頑張って目指しませんか？