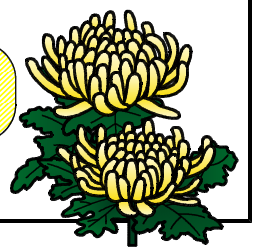
令和４年度　小中野小学校　学校だより　第７号　　令和４年９月２９日

ちぐさ咲く　みち



「レジリエンス」という言葉をご存じですか？

校 長　花 生　典 幸

本校は，今年度より前期・後期の「二学期制」に移行しました。本日２９日は前期の終業式になります。

子どもたちには今日，これまでの半年間のそれぞれの努力を評価した通信票を手渡し，そのがんばりを先生と一緒に振り返ってもらいました。

５月の「運動会」から始まって，６年生「修学旅行」，５年生「宿泊学習」など，ここまで順調に大きな学校行事を無事に終えてきました。現在，子どもたちは，１０月１５日（土）に予定されている「学習発表会」に向けて，日々練習を重ねているところです。コロナの感染が拡大することなく，順調に発表会が開かれることを祈るばかりです。

季節の変わり目です。油断することなく，引き続き子どもたちの健康管理にも心を配ってくださるようによろしくお願いいたします。

「レジリエンス」という言葉をご存じですか？

言葉の一般的な意味は，【耐性】【復元力】ということだそうです。

そこから派生して，心理学の用語として，

〈ストレスなどの外的圧力をはね返す復活力〉

〈困難や逆境，脅威に直面している状況に対して，それに押しつぶされることなく，外的環境に順応していく適応力〉

という意味を帯びて使われることになったものだそうです。

よく「心が折れる」ということが言われますが，心が折れやすい人の特徴として，次の二つの点が挙げられるそうです。

①「目の前の状況に一喜一憂しがちである」　②「諦（あきら）めが早い」。

逆に，**レジリエンスが高い（＝心の回復力）人の特徴**として，次の５点が挙げられていました。

① ものの考え方に柔軟性がある
② 感情をコントロールできる
③ 自尊感情が養われている
④ 挑戦をあきらめない
⑤ 楽観的である

数年前にノーベル医学賞を受賞した「大村　智　先生」という方がいらっしゃいます。その方について書かれた本を読んだ際に，わたしは初めてこの言葉に出会い，強く印象づけられました。コロナ感染が依然予断を許さない現在の状況において，あらためてまた，この**レジリエンスの価値や重要性**に気づかされたような思いがしています。子どもたちにも，ぜひこういった**心の力を養っていかなければいけない**，そう強く思っているしだいです。後期もよろしくお願いいたします。