



「自律心」を身につける

校長 山口 浩

44日間のいつもより長い夏休みも終わり、久しぶりに生徒たちの元気な声が学校に戻ってきて、今日から2学期が始まりました。おかげさまで事故もなく、無事に2学期を迎えられましたことを大変ありがたく思います。2学期は校外学習や合唱祭、新人戦などの行事も多く、大変忙しいですが、生徒たちの自己肯定感を高めるいい機会でもあります。今学期も生徒たちがより良く成長できるように、教職員一丸となって指導してまいります。

以下に、始業式の話をご紹介します。(一部抜粋)

中学生の今は、部活、勉強、友達関係など、毎日いろいろな選択を迫られる時期です。その中で、自分の気分に流されず、「やるべきこと」を選べる人は、確実に成長していきます。逆に、周りに流されてばかりだと、自分の時間も、未来も、誰かに預けてしまうことになります。

では、自律心があると何が変わるのでしょうか。

まず、自信がつきます。自分で決めたことをやりきれたとき、人は「できた」という感覚を得ます。その積み重ねが、自分を強くします。

次に、良好な人間関係が築けます。自律心がある人は、自分の言葉や行動が、人にどういう影響を与えるか、しっかり考え判断することができます。自分の発した言葉で、周りの人を嬉しくさせるのか、悲しませてしまうのか、自分のしたこと、気持ちよくさせるのか、傷つけてしまうのか。そのようなことを、しっかり考え判断し、良い方向に行動できる人が人に好かれたいわけがありません。そういう人が素敵な大人になっていくのです。

そして、将来の選択肢が広がります。勉強でも、部活でも、趣味でも、自律して努力できる人には、自然とチャンスが集まります。周りから信頼され、「この人なら任せられる」と思われるようになります。

では、どうすれば自律心を身につけられるのでしょうか。難しいことをする必要はありません。今日からできる、小さなことを紹介します。

一つ目は、小さな約束を守ること。「毎日5分だけ勉強する」「寝る前に机を1分片づける」「テスト前はスマホを触らない」など、これくらいの小さなことで十分です。大切なのは、続けることです。「自分で決めた小さな約束」を守り続けてください。

二つ目は、自分の言葉や行動が、人にどういう影響を与えるのか、常に考えること。話す前に、行動する前に、少し立ち止まって考えましょう。考える癖がつけば、自然と周りの人を幸せにできる人になりますよ。

三つ目は、失敗したときに人のせいにしらないこと。うまくいかなかったら、「次はどうするか」を考える。その積み重ねが、自律心を育てます。

最後に、みなさんに伝えたいことがあります。自律心は、生まれつきの才能ではありません。誰でも、今日から鍛えることができます。そして、自律できる人ほど、やりたいことを実現できるようになります。人から信頼されるようになります。そして、たとえ苦しい状況に置かれても、力強く人生を切り拓いていけるようになります。

未来の自分をつくるのは、今の自分です。今日の小さな一歩が、みなさんの人生を大きく変えていきます。ぜひ、自分の力で、自分の未来を動かせる人になってください。