堺市立泉ヶ丘東中学校　月刊 生徒指導通信 Ｎｏ．５　2022/8/29 発行

PROGRESS ～前進～

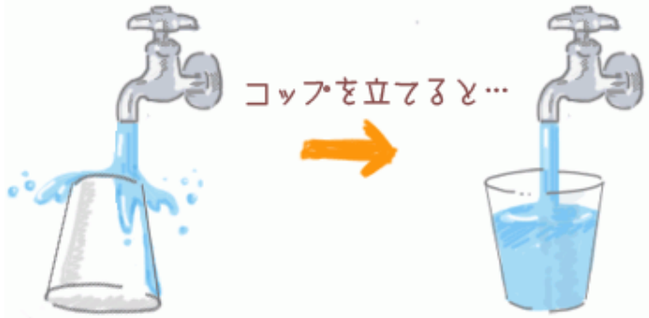
毎日の様子更新中！泉ヶ丘東中HPはこちらから ⇒

「心のコップ」を
上向けよう・手入れしよう
＜２学期＞

２学期が始まりました。今日から６時間授業も始まり、東中も平常運行に戻ります。まだ、夏休み気分が抜けきらない、そこの君！一刻も早く、生活リズムを戻しましょう。

さて、２学期が始まるにあたって、始業式では以下のような話をしました。

【心のコップ】



生活指導の分野では、有名な話（理論）です。
心の状態を「コップ」に見立てて、イメージしてみてください。

図の左のように、コップが下を向いていると、蛇口をいくらひねろうとも、何時間注ぎ続けようとも、一向に水は入りません。コップを立てることによって、水を注ぐことができます。当たり前のことですよね。
「心のコップ」が下を向いていると、どんなにいい話も、どんなにいい学習内容も、どんなにいいトレーニングや練習も、全く入りません。全く身に付きません。

さぁ、皆さん。今のあなたの「心のコップ」は、上を向いていますか？下を向いていますか？ちょっと斜めを向いていますか？確認してみましょう。

どのようにしたら、「心のコップ」が上を向くのでしょうか。その方法は、いたって簡単・・・【基本的生活習慣を身につける】ことです。

① 時間を守る
② その場に応じたあいさつができる
③ 自主的な環境整美

これらのことができるようになれば、自分に自信がつきます。自信がつけば、前向きオーラが出てきます。前向きオーラが出てくれば、「心のコップ」はまっすぐ上を向きます。「またこの話…」「そんな些細（ささい）なこと…」と思ってはいけません。

そして２学期は、『「心のコップ」を手入れする』ということも意識しましょう。
くすんだコップや、汚れたコップに入った飲み物は、見ただけでおいしくなさそうですよね。手入れして、「きれいなコップ」にするのです。
手入れの方法は色々ありますが、その一つとして【「悩みごと・困りごとはできるだけ早く解決する」】ということを紹介します。
ニュースでも取り上げられていますが、２学期当初は、心の不調を訴える人が多くなります。心のコントロールができなくなる前に、まずは動いてみましょう。

① 周りの人（大人・友だち）に相談
② 電話相談等の利用
③ 趣味に没頭（ぼっとう）する

適切な方法を見つけ、周りの人の「心のコップ」を傷つけることなく（【集団生活のルールは「８０%の楽しさと２０%の我慢」】理論より）、自分の「心のコップ」を手入れしていきたいですね。
２学期は「心のコップ」を上向けて、手入れして、「日本一の学校」に近づくんや！

夏休みの期間中、大きな事件・事故・トラブル等の連絡は入っておりません。保護者の皆様、夏休み期間中の生活指導にご協力いただき、ありがとうございました。
とはいえ、細々とした心配事はあったかもしれません。記事でも紹介しましたが、「悩みごと・困りごとはできるだけ早く解決する」ということを大切に考えています。もし、何かございましたら遠慮なく学校まで連絡をください。よろしくお願いします。

長い２学期が始まりました。大きな学校行事とともに、部活動における「代替わり」、地域の祭礼等、楽しみ半面、雰囲気が落ち着かない状態が続くことも予想されます。生徒の皆さんが、【立派な「一社会人」】になることができるよう、２学期も様々な角度からアプローチしていきます。引き続き、ご協力よろしくお願いいたします。

・「携帯・スマホの所持に関するルール」について、2学期より運用が変わっています。始業式にて配布のプリントをご覧ください。
・登下校中の交通マナーについて、地域の方からご指摘をいただいています。学校でも、再々注意喚起はしていますが、引き続き安全に留意して登下校を行うよう、ご家庭でもご指導お願いします。