



白 (はくあ) 亜

平成27年度学校だより
平成28年 1月 7日(木)
第 11 号
羽村市立羽村第三中学校

『良かった探し』の1年を！！

校長 瀧上 勝則

明けましておめでとうございます。この1年、さらに実り多き年になるようお互いに頑張りましょう。今年のリオデジャネイロオリンピック・パラリンピック開催の年、4年後は東京でオリンピック・パラリンピックが開催されます。「一人ひとりが日本代表・東京都代表・羽村市代表」との自覚と責任をもって学校生活を充実させていきましょう。

さて、心理学の分野で「**ポリアンナ効果**」という用語があります。これは、今から30年前にTV放映された「愛少女ポリアンナ物語」の原作のエレナ・ホグマン・ポーターさんの小説から生まれたそうです。物語はポリアンナが貧しさや不幸に負けず頑張っていくという話です。こんな場面があります。『いつも朝食にハムエッグがついている火曜日。この日の食卓にはパンとミルクしかありませんでした。ポリアンナはガッカリして「食べない」と言います。すると、お父さんは「いつもあるパンとミルクにも感謝しなければいけないよ」と話します。ポリアンナはちょっと考えたあとで、「そうだ、次にハムエッグを食べるときは、今までの何倍もうれしいよね。良かった！！」と言って、食べ始めます』(昨年、「世界名作劇場」シリーズ40周年を記念して“森永チョコレート「小枝」のパッケージにも登場しました。また、家の人に聞いてみてください。ポリアンナを知っている人がいると思います。)

主人公のポリアンナはどんなに大変で苦しい状況でも「良かった探し」をする。「物事をいろいろな方面からみると必ず良い方に考えることができ、ポジティブに生きていける。そして、周りの人も変えていくことができる」ことをみんなに教えてくれた物語でした。

『**ネガティブ(否定的、悲観的、後ろ向き)な言葉よりポジティブ(肯定的、楽天的、前向き)な言葉の方が大きな影響を及ぼす**』ことの説明をするのが「ポリアンナ効果」です。

例えば、しかられた時、「また、しかられた。全くダメだな」か「自分の可能性を信じて、言ってくれている。だから頑張ろう」か。テストの点数があまり良くなかった時、「やっばりできなかった。もう、勉強なんかしたくない」か「テスト前だけの勉強でこの点数、毎日やればきっとできるようになる。これからは毎日頑張ろう」か。みなさんはどちらですか？前向きに考えていくと、何かが変わる気がしませんか？

現実をしっかり見る、良いところを探す、ポジティブにとらえる。そして、行動する。この前向きな生き方ができれば、みなさんの力は必ず今まで以上に発揮されます。

みなさんは自分の良いところを10ヶ所、言えますか？友達の良いところを10ヶ所、言えますか？周りの人の良いところを10ヶ所、言えますか？

みんなでお互いに認め合い、励まし合っていきましょう。みなさんが実践している「想い合う心・言葉・行動」につながっていきます。この1年、良かった探しを忘れないで！！

E組がんばりました！特別支援学級発表会・作品展12月5日



今年も
カレンダー
ができ
あがりま
した！



武蔵野小学校へ理科・英語の乗り入れ授業



何で、
液体の色
が変わる
の？



スキー教室準備始まる

1月20日(水)～22日(金)に
行きます。

暖冬のため、降雪量が少々心配です。



がんばる三中生！

- 税の作文 西多摩納税貯蓄組合連合会 佳作 K Sさん
- 薬物乱用防止標語 優秀賞 M Aさん K Kさん H Aさん
- 給食ポスターコンクール 最優秀賞 H Rさん
- ソフトテニス部 第8ブロックソフトテニス冬季大会 優勝
- 西多摩地区冬季普及大会 Bチーム 第3位
- バレーボール部 黒潮杯 第6位 優秀選手 K Yさん
- 吹奏楽部 2015TAMA アンサンブルフェスタ 金賞

