



門真四中だより

「つながる」「わかる」「切り拓く」

令和4(2022)年9月30日

第37号

編集・発行：校長 上甲 尚

中間テスト終了!お疲れ様でした!

～ 今日からクラブ活動が再開になります ～



中間テストが終わりました。皆さん、お疲れ様でした。今はホッとした気分でしょうか。ゆっくり「のび」をして、リラックスしてください。ここ数日は夜遅くまで勉強して睡眠不足気味?の人も多いのではないかと思います。

テストの出来はどうでしたか?難しかったですか?それとも思ったよりできましたか?教科によって、また自分の得意・不得意によっても、受けとめ方は違うと思います。テスト対策勉強は十分にできましたか?「自己ベスト」をめざして努力できましたか?それが一番大事ですよ。

来週の月曜日から答案用紙が返却されてきますが、点数だけにこだわるのではなく(もちろん、点数も大事ですが)、解けなかった(わからなかった)問題を克服するようにしてください。そして、普段の授業中の取り組み、家庭学習など、そこに至るまでの「過程」をふり返ってみてください。「真摯な反省」と「ふり返り」なくして前進はありません。まだまだこれからです。「より良い自分」「自己ベスト」を目指して、コツコツと努力していきましょう。あきらめたらそこでゲームセットになってしまいます。何よりも普段の授業が大切です。授業態度がいい加減では、学力はつきませんよ。「継続は力なり」です。コツコツ頑張ってください!

1・2年生は今日からクラブ活動が再開になります。体がなまっている人が多いと思います。日中はまだ気温も高いですし、水分を十分にとり、体調管理に気をつけながら、積極的に活動に参加していきましょう。3年生の皆さんは、少しリフレッシュして、「進路」に向けてコツコツ勉強していきましょう。

人は見た目が9割?

10数年前、「人は見た目が9割」竹内一朗著(新潮新書)という本がベストセラーになりました。人は他の人と話をするとき、単純に「言葉」だけでやり取りしているのではなく、「見た目」や「態度(ジェスチャー)」「表情」が大きな影響を与えています。

アメリカの心理学者:アルバート・メラビアン(Albert Mehrabian)という方が提唱した「メラビアンの法則」というのがあります。「3Vの法則」または「7-38-55ルール」と呼ばれる心理学の法則のことです。人は他の人と話をするときに、「言語情報(Verbal)7%」「聴覚情報(Vocal)38%」「視覚情報(Visual)55%」になっているという学説です。「言語情報」はたったの7%しか影響を与えていないということです。つまり、それ以外の要素が90%以上を占めるとい



うことです。「表情」や「声のトーン」「ジェスチャー」「服装」などが大きな影響力を持つということです。同じことを言うとき、「笑顔」で言うのか、「無表情」で言うのか、まるで違うということです。

朝、校門に立って、登校して来る皆さんに「おはよう!」と声をかけていますが、やっぱりニコツとしながら「おはようございます」と言ってくれる人は印象が違います。「笑顔」「表情」は本当に大切だと思います。今はマスクを着けていることが多いので、相手の表情がわかりにくいですが、心がけていきましょう。

「いじり」「あざ笑い」が「いじめ」に...

～ 人の気持ちを思いやれる人になろう ～

普段、友達やクラスメートと触れ合う中で、ちょっとふざけたり、からかったりすることがあるかと思いますが、度が過ぎると相手を傷つけたり、いじめにつながることもあります。四中においても、そんな話を聞くことがあります。自分の言動が相手をどんな気持ちにさせているか、思いをはせられる人でありたいものです。「自分がされて嫌なことは、人にもしない」至極当たり前のことですよね。先日、ある新聞に掲載されていた中学生の投稿を紹介します。

いじりが人を傷つける恐れ

きっと誰もが一度は友達をいじったり、逆にいじられたりしたことがあると思います。人によって受け止め方は違うと思うけれど、そのいじりが相手のことを傷つけているかもしれません。以前、私はインターネットで、次のような書き込みを見つけました。

「本当はいやでも、笑ってごまかしている」

その通りだと思いました。私もいじられてよい思いをしたことが一度もないからです。いじられると、どう返したらいいのかが分からず、笑ってごまかしてしまいます。逆にいじっている側はどうでしょうか。きっと「みんな笑って楽しそうだ」と、感じていると思います。

今、改めて思い返してみると、限度を考えることができないと、いじめとなり、相手を傷つけてしまうのだと感じるようになりました。

だから、私も今後は、言っていることなのか、だめなことなのか、しっかりと判断できる人になりたいと思います。

(中学2年 女子 東京都)

きみはもっているか
美しいものを
美しいと感じる心を
きみはもっているか
正しいことを
正しいという勇気を
きみはもっているか
困難に打ち勝つ
がんばりぬく気力を
きみはもっているか
弱いものを
いたわる心を
きみはもっているか
いつまでも
変わらぬ友情を
きみはもっているか
父母 師の恩に
感謝する心を
そういう心を
私も
もちたいと思う

(作者不詳)

心