

## 心の姿勢と受け取り方

今回は、ある月刊誌で見つけた、私のお気に入りのコラムを紹介します。

まず、そのコラムは、「いつも朗らかで、上機嫌に見える人は、特別に恵まれた人なのか」といった話から始まります。明るく温かく、親しみやすい雰囲気を出している、そうした人の近くにいると、自然と自分も明るい気持ちになりませんか。その人たちがいつも上機嫌でいられるのは、日常にことさら「うれしいこと」や「楽しいこと」が満ち溢れているからなのでしょう。「イライラするような出来事など、何一つない」という特別に恵まれた境遇になるからなのでしょう。

コラムの後半では、「いつも上機嫌に見える人のなぞ」について触れています。「いつも上機嫌に見える人」は、環境に恵まれているから上機嫌でいられるのではなく、「その人自身の物事の受け止め方や考え方こそがイライラしにくい状態をつくり出している」そうです。同じような出来事が起きたとしても、その人の受け取り方や考え方次第で、心は上機嫌にも不機嫌にもなるのです。そうであるなら、私たちがいつもすがすがしい気持ちでいるための秘訣も「自分自身の心の姿勢」に見出すことができるかもしれません。

(文責:藤本 奈桜)

## 4年生の道徳科の時間

今月は4年生です。この日の授業では、よくないことをしようとしている友達を止めるかどうか悩む一馬の姿を通して、正しいと思う行動をすることの大切さについて考えました。

主題名:正しいと思うこと 教材名:「心のシーソー」

内容項目:「善悪の判断、自律、自由と責任」

あらすじ:ある日の国語の授業中に、丁寧に字を書いている高広の漢字ノートがクラスで紹介され、みんなの注目の的になる。字を書くことに自信がある春花はいい気持ちがせず、「いい気になっているよね。」と一馬に同意を求めるが、一馬は何も言わなかった。その日の放課後、高広の漢字ノートをそうじ用具入れに隠そうとしている春花の姿を一馬が見つかる。春花に「ないしょにしておいてよ。」と言われた一馬は、迷うが、「こんなことをするのはやめよう。」と春花に言った。

教師の問い

「春花に「いい気になっているよね。」と同意を求められたときの一馬は、どんな気持ちだったでしょう。」

こどもたちの考え

- ・春花のくやしい気持ちもわかるけど、高広に対してそうは思わないな。
- ・言ったら自分も嫌な気持ちになるな。

授業の後半では、友達を止めた時の一馬の気持ちを想像することで、主題名である「正しいと思うこと」について考えました。

教師の問い

「前は言えなかったのに、今回は「こんなことをするのはやめよう。」と言えたのはどうしてだろう。」

こどもたちの考え

- ・これはやりすぎだから、やっぱり言わないとだめだ。
- ・さっきは言えなかったけど、かくしたりするのはだめだから、勇気を出して伝えよう。
- ・ここで言わないと、これからも続いてしまうかもしれない。

板書・授業の様子です。

