壇の岡

１２月　１日（金）　第２９号
発行責任者
鮫川中学校長　角田敏文

教育目標

学ぶ心　よく学び自己を高める生徒
美しい心　心豊かで思いやりがある生徒
強い心　心身を鍛えたくましい生徒

こちらから各学年だより等がスマートフォンからもご覧できます。

好かれるより「嫌われない」こと

人間関係の原理原則は、意外と単純なものです。例えば、誰かから「好かれること」と「嫌われること」のどちらが簡単でしょうか？いうまでもなく、嫌われる方が簡単です。傍若無人な態度をとって、ひどい発言を連発し、約束を守らなければ、どんな人だって嫌われます。

しかし、どんな温厚な態度をとって優しい言葉をかけて、律儀に約束を守っても好かれるとはかぎりません。あるいは逆に、厳しいことを言ったり、生意気な態度をとっても好かれることがあります。**つまり「好かれること」はしょせん相手の気持ちひとつであり、どこまでも不確かなものなのです。予測や計算のしようがありません。**

しかし、「嫌われること」は、自分の行いによって決定するかなり確実なものです。嫌われるようなことをすれば、ほぼ確実に嫌われます。

この違いをきちんと理解しているかどうかで、人間関係への考え方は大きく変わってくるはずです。

まず、好かれようとする努力は、実を結びません。誰を好きになるかは本人が決めることで、ほとんどの人は、明確な基準もなく、相性や雰囲気、そのときの気分などによって大きく左右されます。そして「なんで（あの人は）自分のことを好きになってくれないだ？」と悩むのも意味がありません。

一方、嫌われないようにする努力は、実を結びやすいです。単純なことで、「これをやったら嫌われる」という地雷を踏まないようにすればいいのです。最低限の礼節を守り、人格を攻撃するような発言に注意し、誠実に約束を守っていれば、嫌われることはありません。

もし、今嫌われているのではと感じていたら、その人はどこかで「嫌われること」つまり人間関係の地雷を踏んでいるのではないでしょうか。下手な演技は不要で、中途半端な態度は、むしろ嫌悪感を引き起こしかねません。つまり、**地雷を踏まないように心がけ、あとは自然に振る舞うことです。**

忘れてならないのは、ほとんどの人間関係は、この「嫌いじゃない」という状態からスタートするということです。

【参考文献】
ここ一番に強くなれ　三田紀房

ニュージーランド式褒め作法

慣れれば自然と褒め言葉が出てきますが、慣れないうちはタイミングが難しいかもしれません。そこで、褒めるポイントは、

❶気づいたらすぐに褒める。
効果的なタイミングを狙ってなどと考えると、褒めるタイミングを逸してしまいます。

❷短い言葉で褒める。
「すばらしい」「いいね」等シンプルな言葉が一番です。

❸何度でも褒める。
いいなと思ったら一日に何度でも褒めましょう。

❹いろいろな言葉で褒める。
褒め言葉のバリエーションをたくさん持っていれば、何度褒められても新鮮な喜びがあります。

❺小さな事でも褒める。
「大したことじゃない」などと勝手に判断せず、どんな小さな事でも褒めましょう。

❻否定や注意と切り離して褒める。
否定的な意見を言う場合は、褒めてから否定し、また褒めましょう。建設的な提言で締めることも大事です。しっかり注意しなければならないときは、一対一で端的に注意することで心に響きます。家庭で褒め言葉を省略していませんか。

週の行事予定

10	8	7	6	5	4
日	金	木	水	火	月
白河卓球会長杯中学生大会	少林寺授業（２年）	生徒会役員選挙	少林寺授業（２年） NO部活動デー		JA合格祈願米贈呈

自分に勝つ

自分の中で、自分に勝とう。
自分の中の自分を認め、
ほんとうに自分を信じたときは、
高くはばたこう。
自分が失われたとき……、
広く歩こう。
静かな想いをこらそう。
――人の言葉を善意に信じ、
あらゆるものから善意を見いだし、
それを育て、それを喜び、
決して、”さげすみ”をしない
大きな自分になりたい。

ダスキン創業者　鈴木清一