

## 2学期も無事終了しました！ ～第2学期終業式～

平成30年も、間もなく終わろうとしています。元号も変わる翌年、皆さんはどんな決意で新しい年を迎えるのでしょうか。今年一年を心静かに振り返って、新しい年への夢と希望を大きくふくらませてください。

### < 第2学期終業式 校長式辞 > ※ 抜粋

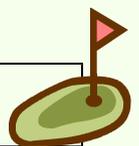
さて、平成31年を迎えるにあたって、みなさんに是非実践して欲しいことがあります。それは「常にプラスのイメージを持ち続けること」です。世界のゴルフの大会で何度も優勝している、タイガー・ウッズというゴルフ選手がいます。ある試合で、「相手がボールを外せば、ウッズ選手が優勝できる」という場面がありました。ウッズ選手はそのとき、どう考えたのでしょうか。実は、相手選手に対して、「入れ！」と願っていたのです。普通なら「外せ！」と願ってしまうのですが、なんだか不思議ですね。結果として、相手は外してしまい、ウッズ選手が優勝することに決まりました。

人の脳は、主語を理解できないといわれます。つまり、他者に対して考えていることでも、自分のイメージとしてとらえてしまうことが起こるのだそうです。人のやっていることに対して「外せ！」と願うと、外すイメージを心に描いてしまいます。人に対して考えていることなのに、自分が外してしまうところをも想像してしまうのです。そうすると、自分の番が回ってきたときにも外してしまうことが多いのだそうです。それを知っていた彼は、常に「成功」のイメージを持ち続けていたのだそうです。

さらにそのイメージを強くする方法があります。それは実際に「口にする」、つまり声に出すことです。一流のスポーツ選手などは、試合前に「できる、絶対できる！」「今日のコンディションは最高！」「負ける気がしない」などと、独り言を繰り返すことがあります。これをセルフ・トークといいます。自分自身に言い聞かせることで、プラスのイメージが強化され、緊張や不安を消し去ることができるのだそうです。

ある識者が言っていました。

プラスの言葉は、プラスのイメージを強くする。そして、プラスの人を引きつけ、プラスの人生を創り上げることができるようになる。



平成31年という新しい年を迎えるにあたり、プラスの人生をつくるための準備運動、つまり「言葉にすること」「プラスのイメージを強くすること」をこの冬休みに実践してみてください。新しい年に、みなさんの明るく元気な笑顔に会えることを楽しみにしています。

平成30年12月21日 西郷第二中学校長 小林敏史

### 年末・年始、無事故で楽しい冬休みを！

明日からいよいよ冬休み。短い期間ですが、クリスマスやお正月とイベントが目白押しです。楽しい余りに、油断したり気が緩んだり注意が散漫になりがちです。特に交通事故が心配です。自転車利用時はもちろん、歩行にも十分注意し、交通事故にあわないように心がけましょう。



### <1月、の予定>

日	曜	主な行事
7	月	冬季休業
8	火	第3学期始業式 職員会議 部活中止 ※給食なし 12:45下校
9	水	実力テスト(3年生)
10	木	
11	金	スプリングコンテスト 各種委員会



### ◇◇ 今週の言葉 ◇◇

言葉はかけ算と同じ  
どんなにプラスの言葉を並べても  
最後にマイナスをかけたら  
答えはマイナスになってしまう

～ プラスの言葉を繰り返そう ～

