学校だより

あすなろ

令和７年　１月３１日
第１０号
江戸川区立本一色小学校

「雨降って地固まる」と「レジリエンス」

副校長 井上　由美

２月になり、寒さの中にも春の足音を感じる今日この頃です。早いもので今年度も残りわずかとなりました。この一年を振り返ると、子供たちは様々な挑戦をし、いろいろな困難があっても、それを乗り越えながら成長してきました。不安な４月を乗り越えた子、学習や友人関係で悩んだ子、苦手な発表に挑戦した子など、少しずつ努力を重ねてきたと思います。その積み重ねが、一年の締めくくりである今の成長につながっていると感じています。

私自身は、困難に直面することがあると「雨降って地固まる」ということわざをいつも思い出します。このことわざは、雨で地面が緩んだ後にかえって地盤が固まり、安定することを意味します。困難を乗り越えた後には、以前よりも強くなれる、さらに良い状態になるという教えです。昔の人はよく言ったものだなと感心させられます。

最近では、レジリエンスという言葉を聞くようになりました。レジリエンスとは、復元力や回復力を指し、精神医学や心理学では「困難な状況に適応する過程や能力およびその結果」「精神的回復力」のことを意味する言葉として使われます。最近では教育界でも使われるようになり、子供たちが日々の生活で直面する困難に柔軟に対応し、立ち直る力として注目されています。例えば、学校での学習や友達関係の悩み、自然災害や感染症、事故、家族のこと、転居など、子供たちが直面する課題や悩みは様々です。このような環境や精神的に落ち込んだ状態に柔軟に対応し、回復する力がレジリエンスです。ことわざの「雨降って地固まる」は、困難を乗り越えた結果を表し、「レジリエンス」はその過程や折れない心や精神力のことを指しています。どちらも困難を前向きに捉え、成長につながるという点で共通していると言えるでしょう。

学校の活動の中にはレジリエンスを育むための活動が多くあります。教科指導、学級活動、行事などを通して、自分自身や友達に関すること、困難を克服すること、目標をもちチャレンジするなどの様々な経験がレジリエンスにつながります。人間関係もレジリエンスを育むための大切な要素です。人間関係が安定していると、友達や教員などの人たちに支えられて立ち直ることができるからです。困難を克服する力が、人間関係と関係しているとは驚きです。例えば、作品づくりがうまくいかなかった子に教員が「大丈夫だよ、もう一度違う方法でやってみたら？」などの声掛けでもう一度挑戦してみる、体育で失敗しても友達のアドバイスで技に何度も挑戦する、協力して最後までやりきるなどの場面がそうだと言えます。

家庭の中でも、学校だけではできない様々な体験を通してレジリエンスを育むことができると思います。家庭学習はもちろんですが、自然体験やお手伝いをするなどの場面もあると思います。日頃からお子さんになるべくポジティブ思考で接することがレジリエンスを高めるコツです。小さな成長や頑張りを見付けて「成長したね！」「よくここまでできたね！」などの前向きな声掛けでぜひお子さんを応援してあげてください。

今の学年の残りの期間もあとわずかです。一年間の成長を振り返りながら最後まで頑張ることの大切さを伝え、次の学年の新たなステップへつなげていきたいと思います。引き続きご支援ご協力の程どうぞよろしくお願いいたします。