

# NO GRASSROOTS, NO ADVENTURE!

## — IDENTITY・ZONE そして FUSION —

その21 (R06.05.27)

### ～ 全校朝礼のお話「自分らしく生きる」 ～

「自分が自分であること」とは、どういうことでしょうか。「自分は自分に決まっているよ。」と思った人もいるかもしれません。

「自分が自分であること」は、英語で「identity」と言います。もう少し簡単な言葉にすると、「自分らしく生きること」です。

「自分らしく生きる」ために必要なことは、「自分で大切にしたいこと」を見つけることです。「自分軸」と言います。これに対して、「他人軸」という言葉もあります。

持久走記録会を例に考えましょう。Aさんは、次のような記録が出ました。

練習の順位は第5位、本番は第7位でした。Aさんは悔しい気持ちになりました。

でも、タイムを調べると、練習は5分02秒、本番は4分48秒でした。タイムを知ったAさんは、どのような気持ちになりましたか。

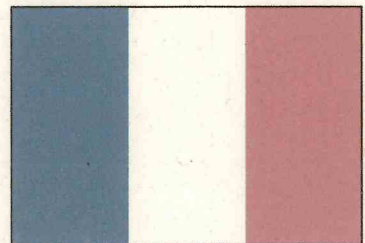
順位は友達の順位と比べた記録です。友達から見た自分で、「他人軸」かもしれません。タイムは自分の過去と比べた記録です。自分が見た自分で、「自分軸」かもしれません。

でも、順位やタイムの両方で「軸」を決めるときもあります。パリオリンピック女子日本代表選考レースのことです。

この大会では、2時間24分50秒より速いタイムで、日本人1位になることが、オリンピックに出場できる条件でした。

選手にとっての「軸」は、オリンピックに出場できる走りをするということです。だから、順位もタイムも必要な条件になります。

前田穂南さんは、日本新記録2時間18分59秒で優勝しました。その後、日本代表に選ばれました。



自分らしく生きることは、人生の主人公になることです。自分のことを「すてきな。」と言えるようになれるといいですね。

反対に、人生の被害者と思ってしまう人もいます。自分のことを「かわいそうだな。」と思って過ごすことはつらいことです。

次の話で考えてみましょう。

「3人とも一生懸命、勉強したのに、テストの点が悪かった。」

① Bさんは、「一生懸命勉強したのに、私はバカなんだ。」と自分を責めました。

② Cさんは、「私ができなかったのは、先生が丁寧に教えてくれなかったからだ。」「お兄ちゃんとけんかしてイライラしていたからだ。」とまわりの人を責めました。

③ Dさんは、「テストができなかった。できるようにするには、これから何をすればよいのだろうか。」と考えました。

あなたなら、どのように考えますか。

Dさんのように考えれば、人生の主人公になれるはずです。「たくさんのことを学んでできるようになりたい！」という「自分軸」ができていますからです。

1学期にがんばってほしいことを2つ伝えます。

① 「自分軸」、言い換えれば「自分で大切にしたいこと」を見つけましょう。

② 「自分で大切にしたいこと」を軸に、うまくいかなかったとき「どうすればできるようになるか。」を考えて努力しましょう。

もちろん、うまくいったときは、十分に自分自身をほめましょう。

5・6年生は、「自分軸の見つけ方」を実施します。一緒にがんばりましょう。1年生から4年生は、自分で大切にしたいことの例を教室に貼ってもらいます。参考にして、自分で見つけてください。

