

かわら版

生徒と保護者のための



HPIに掲載中

やる気の出ない自分

やる気を出そうとする自分

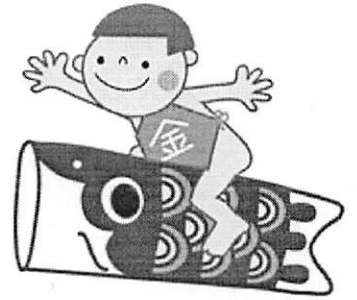
ギャップ

新しい環境の中で、はじめの頃は期待感や緊張感からやる気があるものの、ひと月ほど経過した時に、今までの緊張感や「このままでいい」をけるだるうか」といった不安が生じ、無気力感や不安感、焦りなどの症状が出てくる人がいる。これがよく言われる五月病である。

落ち込んだ時に、ポジティブに前向きに考えて、「よし、やろう」と自分の気持ち奮いたたせるのは悪いことではない。しかし、「やる気を出そうとする自分」と「やる気が出ない自分」の差が開けば開くほど、いつのまにかストレスを溜め込んでしまうものである。この差が大きい時には、無理にポジティブに考えようには無理があるし、むしろ危険とも言える。

「最初から完璧にしなければならない」「思えばならない」などの思い込みがストレスを感じさせている人も多い。しかし、一方、自分の能力を自分で決めつけ、それ以上の努力をやめてしまう人もいる。それは自分が決めている

ことである。自分と対話を真剣にすることで、「やる気を出そうとする自分」と「やる気の出ない自分」の差が健全に縮まるのではないだろうか。



進路指導情報

- 三年生には、進路希望調査が配布されています。今までの夢や希望を明確にする時がきました。「したいこと」と「したいけどできないこと」「したいから頑張れること」あこがれと夢と目標は分けて考える冷静さも、時には必要です。提出は7日です。
- 就職受験希望書提出 (3年就職希望者11日まで)
- 就職先プレゼン大会 エントリー (3年) 11日まで
- 一年生には自分の夢を明確にして実現するために、ポ

- 25(土) 保護者会本部役員会 進路模試(記述)(3年)
- 27(月) 防犯・交通教室(3~4限目)
- 28(火) 一日遠足
 - 1年 錦江湾公園(平川動物園隣) 現地 10:00 集合 13:10 解散
 - 2年 平川動物公園 現地 11:10 集合 14:15 解散
 - 3年 加世田海浜公園 学校集合 通常通り

帰りのスクールバスは 15:50 学校から出発します。

- 29(水)~6(水) ゴールデンウィーク
- 30(木)~5/1(金) 離島保護者会
- 5/7(木) 3年学年朝会 8:30 までに体育館に集合
第1回進路希望調査提出日(3年)
- 5/9(土) 保護者会総会 受付 8:30~9:00
学級保護者会 9:00~9:40
委員会 9:45~10:25
総会 10:30~12:00
※送迎バス 朝 8:00~ 8:45
昼 12:10~13:00

- 5/10(日) 太陽光発電アドバイザー試験 母の日
 - 遠足の日の集合時間、JRなどの混雑を避けるために、各学年で、分散しています。
 - 一日遠足の日、雨の予報が40% (4/24現在) 雨天の場合、学校でビデオ視聴。授業なし。 下校のSB発車は12:15

トフォリオ(フォルダー)を配布しています。学校の教室保管です。活用してください。

資格試験情報

先日撮影した、生徒手帳や証明写真用の顔写真が担任の手に届いています。人によっては、資格試験受験のため顔写真が必要となる場合があります。学校の契約店である写真館に行きますと、一枚百円でできます。詳しくは、各学級の掲示板に掲示してあります。写真スタジオ 井口 谷山中央二丁目

- ※資格試験申込み締切※
- 日商簿記 4月27日まで
- 全工パソコン 5月8日まで
- ニュース検定 5月8日まで
- ビジネス文書 5月12日まで
- 実用英語検定 5月14日まで
- 数学検定 5月14日まで (●は新出事項)

編集後記

「かわら版、ありがとうございます。役立っています。特に新学期、学校からのいろんな連絡が伝わらなくて、これで安心できます」と、保護者から、うれしいことばをいただきました。うれしい限りです。感謝です。

次の「かわら版」発行は5月8日(金)の予定です。

清流

バイクで10分かけて通勤している。その間に、朝の様々な光景を見る。特に環境が大きく変わる四月の光景は興味深い。今朝は、真新しいランドセルを背負った小学一年生、上級生に手をひかれて登校する姿。そして、その数メートル先には後ろを何度も振り返り、登校をする姿。その振り返って見る先には、心配そうに玄関先から手を振り、見送る母親の姿があった。そして、子どもが曲がり角を曲がり、その姿が見えなくなるとホッとしたかのように、家の中に消えて行った。おそらくこれから、洗濯、掃除、パートなどと忙しい一日が始まるのだろうと勝手に想像してしまう。▼そして、学校に着くと、思春期という名の病気が闘う高校生が、様々な思いや悩みをぶつけ合っている。思春期は人生の中で一番、心が揺れ、悩みが多い時期だと言われる。▼私は時に思う。もうひとつ、人生の中で大変な時期があるのでは?そう、思春期の子どもを持つ親の頃。ちょうど中・高校生の親として過ごしていらつしやるお父さん、お母さんがちょうどその時期なのでは?生徒は自分ひとりだけで悩んでいるのではない。親も同じ気持ちになって、悩んでいるのだと気づいて欲しい。