

後期終業式

おはようございます。

1、2年生の皆さん、進級おめでとうございます。

この1年間はどんな1年でしたか？ 良いことも嫌なこともあったと思いますが、1年間を素直に振り返って欲しいと思います。

さて、春は出会いと別れの季節です。先月の27日に71期生の卒業式を行いました。今年は392名が泉陽を旅立ちました。卒業した3年生、本当によく頑張ってくれました。国公立大学では大阪大学や神戸大学をはじめ、北は岩手県立大学から南は琉球大学までそれぞれが希望した大学へ進学を決めました。また、私学で様々な大学に合格者がでました。その中で、早稲田大学の政治経済学部にも合格者がでました。受験勉強で一番大切な「自分を管理する力」が71期生にはあったと思います。

また、昨日は74期生の合格発表があり、新たに360名の泉陽生を迎えます。皆さんは74期生にとって、憧れの存在であって欲しいと思います。

今日はこの1年間で1番印象に残った出来事について話します。体育祭や文化祭のような大きな出来事ではなく、ほんの小さな出来事です。

ある雨上がりの朝、正門で登校してくる生徒にあいさつをしていた時、遅刻ぎりぎりですぐ自転車で正門を通り抜けた生徒がいました。自転車置き場に行く途中、地面がぬれていたのか、自転車ごと転倒しました。私がすぐに駆け寄ろうとした時、その生徒は自転車を起こすのではなく、落ちた傘を思いきり蹴っていました。傘に八つ当たりをしました。

この時、「ああこの生徒は今とてもイライラしているんだなあ。精神的にいっぱいいなんだなあ。」と心配になりました。

人間は情動と感情を持っています。感動したり、落ち込んだり、腹が立ったりするのはあたりまえです。だから人間なんです。

しかし、自分をコントロールすることの大切さも身に付けて欲しいと思います。「アンガー・マネジメント」という言葉を聞いたことがありますか？ 「アンガー・マネジメント」とは、怒りをコントロールすることを言います。人の怒りは6秒間でおさまると言われています。たった6秒です。これが出来ないために、人を傷つけたり、物を壊してしまいます。身体の傷は治りますが心の傷は残ります。壊れた物は元どおりにはなりません。

腹が立った時、頭に血がのぼった時、深呼吸をしながら6秒間待って下さい。この6秒間で人生が変わります。

2年生は1年後、1年生は2年後に控えた大学受験に向けて、これからいろいろなことがあると思います。そんな時は、やけくそにならずに、6秒間で怒りをコントロールして下さい。

明日から、春休みに入ります。少しホッとしたいところですが、新学期からではなく、今のこの瞬間から各自がすべき事を始めてください。1分でも1秒でも早くスタートした方が、言い換えれば、早く気づいた方にアドバンテージがあります。自分自身に負けないという強い思いを胸に、楽しみながら勉強や部活動に励んでください。応援しています。

以上で私のあいさつとします。