

令和元年11月6日 校長 高倉 満

脳は主語が理解できない～人の悪口を言うと自分自身が傷つくのは～

□11月に入り、二学期も一ヶ月半余り。3年生は第2回到達度テストも終わり、いよいよ三者面談に向けての準備が始まります。先生方は期末考査の問題作成や採点、そして評定出しと、今後本当に忙しい日々が続きます。また秋吉先生においては道徳教育推進教員研修会(11/22)での授業公開が期末考査最終日の5時間目にあります。慌ただしい中、先生方は、なかなか休みがゆっくと取れない状況ではありますが、半日でも1時間でも休まれてください。これからも授業や部活動の中で生徒の頑張りを褒めながら生徒の良さ(価値)を発見し、伝えていきましょう。

私たちが日頃何気なく使っている言葉が、脳と体に大きく影響をしています。例えば「脳は主語を理解できない」という性質をもっています。脳は主語が理解できないので、自分が発した言葉全てを、自分の事としてとらえてしまいます。つまり、人の悪口を言うと脳の中では自分が悪口を言われた時と同じ状態になります。相手の悪口を言うと、脳は自分自身に悪口を言っていると判断し、自分も傷つき気分が悪くなります。人をけなせばかりにいる人は、なぜか自己嫌悪に陥っていくのはそのためです。そして、より人に対して攻撃的になります。自分が自分を無意識に攻撃している状態になるわけで、逃げようがありません。スポーツの指導者でこの脳の特性をもとに指導する人がいます。(ブレイントレーニング)例えば、試合にどうしても勝ちたくて「あ～相手がミスすればいいのに」「相手のシュートが入るな！」などと思うと、それは知らないまま自分で自分い呪いをかけることになっているのです。

反対に相手を褒めれば、自分が褒められたのと同じ状態になります。気分が良くなり自尊意識が高まります。このことはゴルフ界では有名で、一流プレイヤーは対戦相手のショットに「ナイスショット」と口に出したり、心の中で呟くそうです。あのタイガーウッズはここ一番の大勝負の瞬間、「対戦相手が上手くいくように」と祈るそうです。今回の日本でのプレーでも松山英樹選手を応援していたかも・・・

そもそも悪口を言ったり、攻撃的な人は自分に自信がないのだと思います。相手を自分と対等にするために、悪口を言い相手を落ち込ませて、相手と自分を同じレベルにするのかもしれない。それは、自分自身が相手の高さまで上がる努力をするより楽だからだと思います。では、自分に自信が持てるようになるにはどうしたらいいのでしょうか？それはお互いの良いところを見つけて、褒め合えばいいのです。相手の良いところを見つけて褒めていると、自分の良いところが見えてきて自己肯定感が高まります。ぜひこのことを生徒にも伝えていきましょう。そして私たちも、よい言葉、褒める言葉をくちぐせにするように意識することも大切です。相手にかける言葉を大切にすることが、結果的には自分自身も大切にしていることになります。私もなかなかできませんが、頑張ります。一緒に心がけていきましょう。

脳は2つあり、大脳新皮質(理性・知性の脳)を「新しい脳」それ以外を「古い脳」といいます。ここで言う脳は「古い脳」を指しています。人間特有の高度な精神活動を担当する「新しい脳」は主語を認識できているのですが、感情を司る「古い脳」のほうは認識できず、新しい脳から送られてくる情報をすべて鵜呑みにしてしまう性質があります。

□11月授業交流月間が始まりました！

研修部から授業交流の予定が提案され、交流授業も先生方の協力で順調に進んでいます。先生方の前向きな姿勢に感謝するとともに、研修部の先生方が一生懸命に取り組んでいること頼もしく思います。ICT活用もありますが、授業規律、「めあて」と「まとめ」のつながり、発問や板書、生徒の活動、協働学習、資料の提示など・・・見る視点はたくさんあります。授業のあい間での参観になりご苦労をかけますが、お互いの授業力向上のために協力をお願いします。11月18日までが交流予定です。

