

2学期終業式あいさつ

あいさつに先立ちまして令和6年能登半島地震を始め、度重なる自然災害によってお亡くなりになられた方々に心よりお悔やみ申し上げます。また被災された方々にお見舞い申し上げるとともに一日も早い復興をお祈りいたします。

改めまして、皆さんおはようございます。

2学期は、最も期間が長い学期であり、校内・外において多くのイベントや大会が企画され皆さんの活躍する場が多くあり成長し、飛躍できる学期であります。

本校では、大きな行事として体育祭と農業祭がありました。体育祭では生徒会、農業祭では農業祭実行委員会の生徒役員がリーダーシップを発揮し、生徒の皆さん一人一人が自分の役割を使命感を持ちながら主体的に取り組んでくれた結果、いずれもすばらしい行事となりました。また、個々での活躍については先ほど表彰したように多岐にわたる分野で素晴らしい成果をあげてくれました。まさしく成長・飛躍の学期になったと、とてもうれしく思います。

先日次年度に向けて生徒会、農業クラブ、家庭クラブの役員選挙が行われました。また部活動はすでに2年生を中心とした体制がスタートしています。3年生の皆さんも卒業してからも様々な場面でリーダーとなって組織をまとめ、良い方向に導いていくことが多々あると思います。しかし、どのような声掛けをすれば、組織があるいはチームに元気・活気・勇気を与えることができるのか悩むことがあると思います。そこで今日はペップトークについて話したいと思います。

私は、先月末に、島根県のPTA連絡協議会が主催する研修会に参加しました。その時の講演は「人（大人も子どもも）をポジティブにする～やる気を引き出す魔法の言葉～」というテーマでその内容はペップトーク術についてでした。

ペップトークは、米国のスポーツの現場で生まれた肯定的な言葉がけのことで、試合に向かう選手への短い激励スピーチのことです。「ペップ」は英語で、元気・活気・活力という意味があります。

その例としては、昨年度 WBC 決勝戦前、ロッカールームで大谷翔平選手が行ったスピーチ「憧れるのをやめましょう」が印象的でした。32秒という短い時間で、分かりやすく、仲間に熱い想いを伝え、全員が同じ方向をみて、見事優勝を手に入れました。

皆さん想像してみてください。頑張っているのに思うように結果が出ない選手に対してある監督は「お前じゃ無理だよ」「そんなこともできないの」「それじゃだめだよ」と声掛けし、またある監督は、「君の力が必要だ」「いつも頑張っているね」「ナイスライ」と声掛けしています。皆さんならどちらがよりやる気がでますか。ポイントは、その人の存在を否定しない、行動を否定しない、結果を否定しないことです。

人のやる気を引き出すには、ポジティブな言葉がけが大事です。その方法として3つ紹介されました。まずはとらえ方を変換することです。例えば「頑固だ」は、「意志が強い」、「臆病」は「慎重に物事を考える」、「飽きっぽい」は「好奇心旺盛」と変換します。2つ目は、あるものを認証することです。例えば練習不足の選手がいたとして、その選手に対して「お前は練習不足だから」とマイナス面を指摘するのではなく、その選手が持っているいい面、例えば「センスがいい」「安定感がある」「実績がある」「本番に強い」などその選手にあるものを承認してあげます。もう一つはしてほしい変換です。例えば、「緊張するな」は「リラックスしよう」、「ミスをするな」は「思い切ってやろう」、「ボーとするな」は「集中していこう」、「遅刻をするな」は「早めに行動しよう」のように「○○するな」ではなく、「○○しよう」のようにしてほしいことを言語化することです。

またペップトークは、自分自身にも有効です。落ち込んだ時、緊張している時に「もう無理だ」を「まだできる」と言葉を変えると気分が変わります。それをセルフペップトークというそうです。それを実践した選手として車いすテニス選手の小田凱人（おだ ときと）さんがいます。彼は、今年のパラオリンピックで優勝しました。試合後に「自分を信じて『絶対できる、絶対できる』と常に大きい声で言って自分を鼓舞できたので勝ちにつながったと思います」と答えています。

皆さんには、日頃から肯定的な言葉を口癖にするなど、ポジティブな考え方を習慣化し、ペップトークで、まずは自分自身を元気にし、そして友達や仲間に元気・活気・勇気を与えてほしいと思います。

明日から冬休みです。年度途中ではありますが、年をまたぐ休みとなります。新しい年をどんな年にしたいのかじっくり考えてみてください。また、家族へ日頃の感謝の気持ちを伝え、家の手伝いをしてください。そして、令和7年1月8日には元気に揃って新年を、新学期を迎えましょう。