第九中だより

令和8年 10 月30日（金）
第6号
文京区立第九中学校
文京区本駒込3丁目28番9号

その後の「自分」を選ぶ

校長　松田　亮一

朝晩の空気が冷たくなり、秋の深まりを感じる季節となりました。生徒の皆さんは、日々の授業や学校行事、友人との関わりなど、さまざまな経験を重ねながら、一人一人が成長していることと思います。

学校生活は、いつも自分の思いどおりに進むとは限りません。努力しても結果が出ないこと、友人との関係に悩むこと、思いがけない失敗をしてしまうこともあるでしょう。自分ではどうすることもできない出来事に、悔しさや悲しさを感じることもあるかもしれません。

こうしたとき、皆さんに思い出してほしい考え方があります。それは、精神科医であり、心理学者でもあったヴィクトール・フランクルの考え方です。

フランクルは、第二次世界大戦中、ナチスの強制収容所で過酷な体験をしました。人間としての尊厳さえ奪われかねない極限の状況を生き抜いた彼は、「人間には、どのような状況に置かれても、その状況に対してどのような態度を取るかを選ぶ自由が残されている。」という考え方を示しました。

この考え方を私たちの日常に引き寄せて考えてみると、次のような言葉で表すことができるでしょう。

「起きたことは選べなくても、その後の自分を選ぶことはできる。」

例えば、テストで思うような点数が取れなかったとして、その結果を無かったことにはできません。しかし、「自分には無理だ」と諦めるのか、「どこでつまずいたのだろう」と振り返り次の学習に生かすのかは、自分で選ぶことができます。友人との間で行き違いが生じたときも、相手を責め続けるのか、自分の言葉や行動を振り返り、もう一度話し合おうとするのかによって、その後の関係は変わっていきます。

もちろん、つらい出来事に直面したとき、すぐに気持ちを切り替えられるとは限りません。悲しいときには悲しんでよいのですし、悩んだときには誰かに相談してもよいのです。大切なのは、思いどおりにならなかった出来事だけで、自分の未来まで決めつけてしまわないことです。

私たちは、過去に起きたことを変えることはできません。しかし、その経験から何を学び、次にどのような一歩を踏み出すかは、これからの自分に委ねられています。失敗は、そこから学ぶことで成長のきっかけになります。悔しさは、次への努力につながることがあります。人との関わりで生まれた痛みも、相手の気持ちを想像する力を育てることがあるでしょう。

そして、自分の行動を選ぶということは、自分一人ですべてを抱え込むことではありません。助けを求めること、誰かの力を借りること、困っている友人に声をかけることも、大切な選択です。私たち一人一人の選択が、自分自身の未来をつくるとともに、周囲の人たちの安心や笑顔にもつながっていきます。

これから、三年生にとっては進路選択が具体的な課題となり、一・二年生にとっても、学習や学校生活の中で自分を見つめ直す機会が増えていきます。思いどおりにいかないことがあったときこそ、少し立ち止まって考えてみてください。「この出来事の中で、自分にできることは何だろう」「次に、どんな自分でありたいだろう」と。

過去は変えられなくても、未来はまだ決まっていません。今日の小さな選択が、明日の自分をつくります。生徒の皆さんが、さまざまな経験を自分の成長につなげながら、自分らしい一歩を踏み出していくことを願っています。

～九中　アルバム～　１０月の九中を振り返ってみました




１０/４～６　１年八ヶ岳移動教室



１０/７　ふれあい給食




１０/５～７　２年職場体験



１０/２３　漢字検定




１０/１９　学習発表会【合唱・舞台の部】



１０/２２　高校の先生のお話を聞く会

《 １１ 月の主な予定 》

日	曜	行事等	給	日	曜	行事等	給
1	日	ふれあい月間始	－	17	火	避難訓練	○
2	月	三者面談(3)①⑥ｶｯﾄ 全校朝会 安全指導	○	18	水		○
3	火	文化の日	－	19	木		○
4	水	三者面談(3)⑤ｶｯﾄ 定期考査一週間前	○	20	金	セーフティ教室(12)	○
5	木	三者面談(3)②③ｶｯﾄ	○	21	土		－
6	金	三者面談(3)①④ｶｯﾄ 学級懇談会(12)	○	22	日	ESAT-J(3)	－
7	土		－	23	月	勤労感謝の日	－
8	日		－	24	火	和食の日	○
9	月	三者面談(3)①⑤ｶｯﾄ	○	25	水		○
10	火		○	26	木		○
11	水	期末考査(給食なし)	×	27	金	歯科健診(1) 歯科指導(6組)	○
12	木	期末考査(給食なし)	×	28	土		－
13	金	期末考査(給食あり) 生徒委員会 数学検定	○	29	日		－
14	土		－	30	月	ふれあい月間終 全校朝会	○
15	日		－	12/1	火	いのちと人権を考える月間始	○
16	月	生徒会朝会 領域診断テスト(3)	○	12/2	水	三者面談(全)④カット	○

⇦ 第九中ホームページ・ブログはこちら
第九中だよりなどのお知らせはこちら ⇨