

いじめ・いのちについて考える日について

今日は大阪市教育委員会が定めた「いじめ・いのちについて考える日」です。

今日は校長先生から、「自分いじめ」は止めようというお話をします。

・「**自分いじめ**」とはどういうことか？



・「毎日がつまらない」・「自分はダメな人間だ」と常に不平不満ばかりを言うことです。



・毎日、そんな事ばかり考えたり、言ったりしていると、脳にそのことが目的地としてインプットされてしまい、嫌なことや自分のダメなところばかりに目が向くようになってしまいます。その結果、せっかくの楽しいことや自分の良いところに気付かなくなってしまいます。これを「**自分いじめ**」といいます。

そうならないためには、「今日は学校で楽しいことを3つ見つける！」のように、小さいことでもいいので「こうなりたい！」「こうしたい！」ということを言葉にして、脳にインプットするようにしてください。そういったことが出来るようになれば、次は夢でも目標でも自分でどうなりたいかを決め、言葉にし、行動してください。きっとあなたの脳は夢という目的地にたどり着くための様々な景色を見せてくれることでしょう。

それが、自分を大切にすることにもなるのです。みんなにはそれぞれ良いところがたくさんあります。それをこの学校で発見していってください。

これで校長先生のお話を終わります。