



秦莊中学校 学校通信

至誠

スローガン

「笑顔いっぱい、ともに学び、
ともに伸びる学校」

令和5年(2023年)

12月20日 第8号

発行者 久保田重幸

保護者・地域の皆さまへ

ウェルビーイング 「Well-being」と 秦中教育



「至誠」第7号では、11月に1、2年生を中心とした新しい生徒会本部が発足したことをお伝えしました。その後、生徒会本部は、新スローガン「挑め みんなの笑顔が輝く学校」や今後の計画等を決め、後期の生徒会活動が本格的に始まりました。この新スローガンは、令和5年度の学校スローガン「笑顔いっぱい、ともに学び、ともに伸びる学校」とも一致しており、今後、「みんなの笑顔が輝く学校」づくりに向けて、生徒・教職員が一丸となって取り組みたいと考えています。

ところで、近年、教育のキーワードとして使われる言葉の1つに「Well-being」(ウェルビーイング)があります。ウェルビーイングとは、Well(よい)とBeing(状態)が組み合わさった言葉で、「よく^ある」「よく^い居る」状態、心身ともに満たされた状態を表しています。ウェルビーイングに近い言葉として「Happiness」(ハピネス)という言葉がありますが、ハピネスは一時的・瞬間的な幸せを表し、ウェルビーイングはこのハピネスをつつみこむ大きな意味があると言われてしています。具体的には、「笑顔が日常的に続くような状態」といえるかもしれません。それでは、なぜウェルビーイングが注目されるようになったのか。その背景には、世界の人々がこれまでの物質的な豊かさを追求する生き方を反省し、心身の豊かさや満足感を重視するようになったことがあると考えられます。そして、人々のウェルビーイングを実現させるためには、以下の5項目を意識することが重要であることがわかってきました。

ウェルビーイング実現のための「PERMA(パーマ)」モデル (アメリカの心理学者・セリグマン博士による)

◇ ポジティブな感情 (Positive Emotion)

→ うれしい、おもしろい、楽しい、感動、感謝などのポジティブな感情を持つ。

◇ 何かへの没頭 (Engagement) → 時間を忘れて何かに没頭する。

◇ 他者との関係性 (Relationship) → 人とのつながりを持つ。

◇ 生きる意味 (Meaning) → 生きる意味を自覚する。社会に対して自分のできることは何かを考える。

◇ 達成 (Accomplishment) → 何かを達成したり、成し遂げたりするために頑張る。

私は、この5項目を初めて見たときに、以下の本校「目指す子ども像」との相性のよさを感じました。

「向学立志」を重んじ、知・徳・体の調和のとれた生徒

- ☐ 将来に向けて夢をもち実現に向けて努力できる生徒
- ☐ 向上心をもち、お互いが学び合える生徒
- ☐ おおらかに多様性を認め合える生徒

こうして考えてみると、今、本校が重視している「笑顔」の実現はまさにウェルビーイングの実現であり、その実現のために実施してきた本校の取組が有効であることに気づきました。今後も、引き続き、生徒・教職員が一丸となって「笑顔が輝く学校」づくりにつとめたいと感じています。