

道 -ROAD-

大阪学芸中等教育学校
校長室だより

「自律」と「自立」

北館中庭の桜の木々も芽吹いてきました。本格的な春の到来が待ち遠しい季節となりました。早いもので本日 3 学期の終業式を迎えました。同時に 1 年の締めくくりの日であり、平成 30 年度のカリキュラムが修了したという日でもあります。

4 月に新学年へ進級するに当たり、学習面のこと、生活面のこと、あるいは周りの友だちの事など、「この 1 年間自分はどうかであったか」を振り返ってみてください。そして、「新しい学年へ向け自分はどうすればよいのか」を考えてください。振り返ることがきちんとできれば難しくありません。振り返った中から自分はどうすればよいか、考える事が出来ると思います。**人間は、前向きに行動パターンを変えることで成長します。**行動パターンを変えないでいるということは、同じ状態で変わらないことを意味しています。どこからなら、一番簡単に自分を変えていけそうか、「じりつ」という言葉を念頭に置き考えてみてください。

「じりつ」には 2 つあります。「自律」と「自立」です。それぞれの意味を辞書で調べると次のように書いてありました。

「**自律**」… 他からの支配や助力を受けず、自分の行動を自分の立てた規律に従って正しく規制すること。

「**自立**」… 他の助けや支配なしに自分一人の力だけで物事を行うこと。ひとりだち。

まず「自律」です。「律する」は、英語に置き換えると「コントロール」あるいは「マネジメント」になります。皆さんは、今まさに大人になる入口に立っています。これまで、自分の行動が学校や社会のルールや規律に沿っていたものか考えてみてください。皆さんは、時には大人としてみなされ、正しい判断や行動が求められます。あまい考えやわがままな行動を捨てて、自分に厳しくならないといけません。

また、人とうまく関わっていくためには、**自分の気持ちをコントロールする力**が必要です。自分の考えを主張することも大事ですが、同時に周りの人のことを考えて、我慢することも大切です。相手や周りの人がいやな気持ちにならないように、言い方や行動の仕方を工夫することも必要でしょう。「自律」は、社会でいろんな人とかわっていくために、とても大切な力と言えるでしょう。

次に「自立」です。**他の力にたよらないで、自分のことは自分でする**ということです。毎朝、家の人に起こされなくても自分で起きる、部屋の片づけを自分でするなど、きちんとできていますか。まず、自分の日常の生活を振り返ってみてください。どんなことでも、誰かにやってもらうのが当然だと思っただけでは成長はありません。

誰でも困難な事にぶつかると、他人に助けを求めたくなります。それが、自分で解決できない大きなことが起これば、他人の助けが必要でしょう。しかし、今まで家族や友だちに頼っていたものがあれば、まずは自分一人の力で頑張ってみてください。それが「自立」することにつながっていくと思います。