

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。