

北海道師範塾 「教師の道」 塾頭通信

第469号 平成25年1月9日

ネガポ辞典

昨年暮れの事になりますが、教員の自主的な勉強会に呼ばれて網走まで行ってきました。

勉強会は参加者が10人の小規模なものでしたが、互いに自分の教育実践を報告すると共に、先輩後輩の区別なく率直に評価しあう姿を見て、とても素晴らしい取り組みだと感じましたし、私自身充実した時間を彼らと共有できた事を嬉しく思っています。

その中で、一人の若い教員による実践報告は非常に興味を持てるものでした。それは「ネガポ辞典」を活用しての道德の授業で、「ネガティブな言葉をポジティブに変換して前向きな気持ちで生活する」をテーマにしたものです。

学校では「どうせできない」とか「やっても無駄」というネガティブな言葉を使う子ども達が少なくありませんが、「ネガポ辞典」を活用しながら、そうしたネガティブな言葉をポジティブな言葉に変換して前向きな気持ちで生活できるきっかけを子ども達と考えようという授業内容になっています。

「言葉には力がある」とは、昔からいわれて来た事です。皮肉な言葉がちりばめられている「悪魔の辞典 (A. ピアス著)」でも、言語については「われわれが他人の宝物を守っている蛇たちをまんまと慣らしてしまう音楽」と表現しているように、その力は空恐ろしい蛇でさえ騙せる程であり、言霊といわれる所以でもあります。

自分の事について「ネクラだね」とか、「存在感がないよ」などと批判的な言葉を聞くと、誰しも心は傷付くでしょうし、ネガティブな気分になってしまいます。

「きもい」とか「うざい」という言葉を投げかけられて、引きこもりや不登校になってしまった子ども達もいます。この為、子ども達が、例えば「きもい」を「存在感がある人だ」、「うざい」を「周りの反応に流されない、好奇心が旺盛な人だ」とでもいう様に（「ネガポ辞典」から）、ネガティブな言葉をポジティブなものに変えていく力を持てば、少しは状況が変わるように思います。

ところで、「ネガポ辞典」については、昨年10月に出版されていますので、既に手元に置かれている方もいると思いますが、簡単に紹介しましょう。

この「ネガポ辞典」は、ネガティブな言葉をポジティブな言葉に変換する辞典アプリで、もともとはiPhone用のアプリとしてリリースされたものです。その後、

多くのメディアから取り上げられた事もあり、書籍としても出版する事になりました。

この辞典を作ったのは、札幌学院大学などで学んでいる二人の女学生ですが、彼女らが札幌平岸高校在学中に全国高等学校デザイン選手権大会で「ネガポ辞典」を提案し、第3位となったものです。審査委員長の小山薫堂氏からは元気になれる「心のアプリ」と絶賛された（「ネガポ辞典」から）との事ですが、私も、この辞典はなかなかの傑作だと思います。

幾つか紹介しますと、例えば、「はあ。なんで私、こんなに老けているんだろう？」というネガティブな言葉は、ポジティブに変換すると「10年ぐらいたったらみんなが私に追いつくんだよね。それって、私がパイオニアだってことじゃない？」となります。

また、「いつも暗いよなー」というネガティブな感想も、ポジティブに変換すると「いつも落ち着いて、とても聞き上手な感じだよね。それでいてしっかり自分の世界を持っているみたい」という具合です。

この様に、表現する言葉を変えることによって、今までとは違う世界が見えて来ます。言葉の力って凄いですね。

一つの言葉が人を殺しもするし救いもする、そうした言葉の力を子ども達にしっかりと理解させる事はとても大事な事ですし、「ネガポ辞典」は、その事を考えさせる上でも優れた教材といえるでしょう。

また、言葉というものは、人が思考した結果として表現されるものですので、ネガティブな言葉を発するというのは、それを聞いた相手に対してネガティブな影響を与えるだけでなく、実は、そうしたネガティブな言葉を発した人自身が、既に思考のベクトルがネガティブになってしまっているのではないかと思います。

逆に、ネガティブな言葉を使わない、ネガティブな言葉が頭に浮かんだらポジティブな言葉に置き換えるよう工夫していけば、思考の回路もポジティブなものに変わっていくのではないかと思います。

「せめて、言葉だけでも明るく元気に！」とありますが、明るく元気な言葉を使っている内に本当に力が湧いてきたという経験をお持ちの方は多いのではないのでしょうか。

勿論、「ポジティブと云って、そう簡単には言葉が浮かばないなあ」と感じている人もいることでしょう。そういう人には、「ネガポ辞典」はうってつけです。

（塾頭：吉田 洋一）