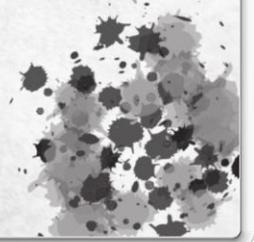




ヘレン・ケラー

～自分を認めることの大切さ～



偉人の生涯

小鳥のさえずりを聞き目覚め、輝かしい朝日が差し込むステキな朝を迎えられたみなさん、想像してみてください。ある日突然、病に侵され、目が見えず音も聞こえない漆黒の闇の朝を迎える人がいたことを。その人の名は、ヘレン・ケラー。そんな、悪夢のような人生を送ることになるも、彼女が語った言葉は、「私は、自分の障害に感謝しています。自分を見出し、生涯の仕事に出会えたのもこの障害のお陰だからです。」でした。

[] を背負いながら、生きがいある人生を送った、ヘレン・ケラー。
彼女が残した功績、言葉を勉強しながら、
“自分を認めることの大切さ”を再認識していきましょう。

「物事を成し遂げさせるのは希望と自信です」



Helen Adams Keller 1880～1968 アメリカ 作家・政治活動家

著書 『私の生涯』

Keyword 「三重苦」(実は話せた??それなら二重苦?) 「肯定することの大切さ」

西 暦	年齢	生 涯
1880	0	アメリカで父アーサー・ケラーとマリー・ケラーの間に生まれる。
1882	2	1歳半の時に高熱を出し、一命を取り留めたものの視力と聴力を失う
1887	7	7歳の時に家庭教師として [] 先生が来る
1888	8	ボストンのパーキング盲学校に通学し始める
1896	16	ケンブリッジ女学院に入学
1900	20	ラドクリフ・カレッジ (現ハーバード大学) に入学する
1902	22	「私の生涯」を執筆し、翌年出版
1936	56	恩師であったサリバン先生が死去
1955	75	3度目の訪日を果たす (初来日は1937年:57歳)
1968	87	コネチカット州イーストンの自宅で死去

【参考】：ヘレンケラーの名言からの学び (<https://tomo8language.com/helen-keller/>)



偉人の功績・思想

★「わずか1歳で障害に…」

ヘレン・ケラーは1880年にアメリカのアラバマ州に生まれます。父親は大地主であったため、裕福な家庭環境で育ちます。両親にとって初めての女の子でもあったため、ヘレンは二人の大きな愛を受け、とても可愛がられていました。快活でいつもニコニコした明るい性格の持ち主であり、さらに、言葉の成長は早く、生後6か月にはウォーウォー（Water：水）と言葉を発し、1歳の時には歩けるようになっていたといえます。しかし、ヘレンが1歳半のある日、高熱にうなされます。この熱は2週間も続き、生死をさまよう大事でありましたが、医者や両親の懸命な看病により、一命を取りとめます。熱が下がったヘレンに母親が話しかけますが、全く反応がありません。ヘレンはこの高熱の影響で [] と [] を失い、話すこともできない体になってしまいました。

★サリバン先生との出会い

当時、障害者に教育は必要ないとされた時代。しかし、両親の努力もあり1人の人物と出会います。その名も「 [] 」を開発したアレクサンダー・グラハム・ベル。ベルは、ヘレンには家庭教師が必要と両親に進言し、その家庭教師となったのが、生涯の友となる「 [] 」でした。



アン自身も目はほとんど見えなかったと言われていました。アンと出会ったころのヘレンは、まるで獣のようだったといえます。頭はぼさぼさ、自分が気に入らないことがあると癩癩を起こしたそうです。食べ物は手掴みといった具合で、一度癩癩を起すと、手足をばたつかせてわめき、人を叩きつねり、噛みついたり蹴とばしたりは、日常茶飯事だったとか…。病のあと、てっきり別人になってしまったヘレンでしたが、ある日、**冷たい水がヘレンの手を流れた瞬間に**、アンはもう一方の手に、[] と素早く、そして何度も書きました。ヘレンに幼き頃のウォーウォーの記憶がよみがえります。ヘレンにとって、物には名前があることを再発見した瞬間でした。元々好奇心が強かったヘレンは、これ以降新しいものに触れるたびに、「これは何？」と聞くようになったそうです。言葉を一つ知るごとに、確実にヘレンの世界は広がっていきました。

Work 偉人が残した名言を通して、彼女らの生きざまに触れてみましょう

偉人が残した言葉として現代にも語り継がれるものには、彼らの生き様や姿勢がはっきり表れると思っています。ここでは3つの名言を紹介するので、当てはまる語句を予想してみてください

① [] は移ろいやすいけれど、[] ものは永遠に変わりません

② 世界で最も哀れな人(盲目よりも悪いたった1つのこと)は、視力があっても [] がない人(ないこと)

③ 「世界一で最高の美しいものたちは、見ることも触れることもできない。しかし、[] で感じることはできる」

偉人から学ぶこと

私は自分の障がいに感謝しています。自分を見出し、生涯の仕事に出会えたのもこの障がいのおかげだからです

幼少期から自身の障がいと共に歩んできたヘレンだからこそ伝えることができる、重く響く言葉です。周りの人から、“障がい者”や“かわいそう”などといった言葉を浴びせられることもあったのではないかと思います。しかし、きちんと自分を見つめ、自分のできることを誰よりも努力して叶えてきたヘレン。目が見えないことを辞める理由にせず、多くのことにチャレンジした功績は計り知れません。

Work 自分を認めよう！そのための自己分析を行ってみましょう

現実では、すべての人がヘレンのようなメンタルを保って生活することは難しいでしょう。人は誰しもマイナスな部分をもっています。当然つらい時だってたくさんあります。大事なのは、自身の強み、弱みをきちんと理解し分析できているか、弱みの部分を改善するための努力ができているかだと思います。一度、自身の長所・短所を通して自分を見つめなおしてみましょう。



マイナスの部分がもたらした辛かった経験・できごとなど…

どのように乗り越えたのか

Work 意外と自分では知らないところもある?? 友人からの印象も聞いてみよう!

3年生になり面接練習が始まりました。実際に伝えることを考えたとき、長所や短所に困ったことはないですか。自分のことは自分が一番わかっているつもりでも、いざ話をしようとするとなんが強みで、何が苦手なのかを伝えることは難しいように感じます。そうした時の解決策の一つに、友人からの印象を参考にするというものがあります。よく面接官から、「あなたは友人からどのような人だと思われていると思いますか」といった質問を投げかけられることがあります。ですので今回は友人から意見を聞いてみて、自分の感覚とあっているのか、確かめてみましょう。新たな発見があるかもしれませんよ。

_____さん

_____さん

_____さん

_____さん

最後に! 📖 ヘレンケラーの強み: 肯定することの強さ

今回は、“自分を認める”をテーマに、自分の良いところだけでなく、弱みや変えたいという部分にも目を向けてみました。今日はいくつかの言葉を紹介しましたが、ヘレンケラーの言葉は常に前を向いている姿勢が感じられます。

**「自分でこんな人間だと思っただけで、
それだけの人間にかなれないのです」**

ヘレンケラーは自分の障がいを肯定的に捉えています。もちろん、本音はわかりませんが、残した言葉からはそのように感じるすることができます。私はそれこそがヘレンケラーの強みだと感じています。障がいを悲観的に捉えず、誰よりも前向きに努力して生きていたヘレンケラーから、ありのままの自分を認めて、どんな状況にも幸せを見出していく大切さを学ぶことができたらよいなと思います。



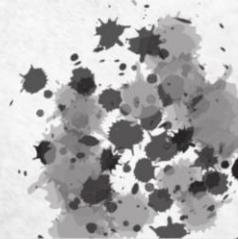
顔はいつも太陽のほうにむけていて。

影なんて見ていることはないわ。



ヘレン・ケラー

～自分を認めることの大切さ～



偉人の生涯

小鳥のさえずりを聞き目覚め、輝かしい朝日が差し込むステキな朝を迎えられたみなさん、想像してみてください。ある日突然、病に侵され、目が見えず音も聞こえない漆黒の闇の朝を迎える人がいたことを。その人の名は、ヘレン・ケラー。そんな、悪夢のような人生を送ることになるも、彼女が語った言葉は、「私は、自分の障害に感謝しています。自分を見出し、生涯の仕事に出会えたのもこの障害のお陰だからです。」でした。

[三重苦] を背負いながら、生きがいある人生を送った、ヘレン・ケラー。彼女が残した功績、言葉を勉強しながら、“自分を認めることの大切さ”を再認識していきましょう。

「物事を成し遂げさせるのは希望と自信です」



Helen Adams Keller 1880～1968 アメリカ 作家・政治活動家

著書 『私の生涯』

Keyword 「三重苦」(実は話せた??それなら二重苦?) 「肯定することの大切さ」

西 暦	年齢	生 涯
1880	0	アメリカで父アーサー・ケラーとマリー・ケラーの間に生まれる。
1882	2	1歳半の時に高熱を出し、一命を取り留めたものの視力と聴力を失う
1887	7	7歳の時に家庭教師として [アン・サリバン] 先生が来る
1888	8	ボストンのパーキング盲学校に通学し始める
1896	16	ケンブリッジ女学院に入学
1900	20	ラドクリフ・カレッジ (現ハーバード大学) に入学する
1902	22	「私の生涯」を執筆し、翌年出版
1936	56	恩師であったサリバン先生が死去
1955	75	3度目の訪日を果たす (初来日は1937年:57歳)
1968	87	コネチカット州イーストンの自宅で死去

[参考]: ヘレンケラーの名言からの学び (<https://tomo8language.com/helen-keller/>)



偉人の功績・思想

★「わずか1歳で障害に…」

ヘレン・ケラーは1880年にアメリカのアラバマ州に生まれます。父親は大地主であったため、裕福な家庭環境で育ちます。両親にとって初めての女の子でもあったため、ヘレンは二人の大きな愛を受け、とても可愛がられていました。快活でいつもニコニコした明るい性格の持ち主であり、さらに、言葉の成長は早く、生後6か月にはウォーウォー（Water：水）と言葉を発し、1歳の時には歩けるようになっていたといえます。しかし、ヘレンが1歳半のある日、高熱にうなされます。この熱は2週間も続き、生死をさまよう大事でありましたが、医者や両親の懸命な看病により、一命を取りとめます。熱が下がったヘレンに母親が話しかけますが、全く反応がありません。ヘレンはこの高熱の影響で [聴力] と [視力] を失い、話すこともできない体になってしまいました。

★サリバン先生との出会い

当時、障害者に教育は必要ないとされた時代。しかし、両親の努力もあり1人の人物と出会います。その名も「 **電話** 」を開発したアレクサンダー・グラハム・ベル。ベルは、ヘレンには家庭教師が必要と両親に進言し、その家庭教師となったのが、生涯の友となる「 **アン・サリバン** 」でした。



アン自身も目はほとんど見えなかったと言われていました。アンと出会ったころのヘレンは、まるで獣のようだったといえます。頭はぼさぼさ、自分が気に入らないことがあると癩癩を起こしたそうです。食べ物は手掴みといった具合で、一度癩癩を起すと、手足をばたつかせてわめき、人を叩きつねり、噛みついたり蹴とぼしたりは、日常茶飯事だったとか…。病のあと、てっきり別人になってしまったヘレンでしたが、ある日、**冷たい水がヘレンの手を流れた瞬間に**、アンはもう一方の手に、[**water**] と素早く、そして何度も書きました。ヘレンに幼き頃のウォーウォーの記憶がよみがえります。ヘレンにとって、物には名前があることを再発見した瞬間でした。元々好奇心が強かったヘレンは、これ以降新しいものに触れるたびに、「これは何？」と聞くようになったそうです。言葉を一つ知るごとに、確実にヘレンの世界は広がっていきました。

Work 偉人が残した名言を通して、彼女らの生きざまに触れてみましょう

偉人が残した言葉として現代にも語り継がれるものには、彼らの生き様や姿勢がはっきり表れると思っています。ここでは3つの名言を紹介しますので、当てはまる語句を予想してみてください

① [**目に見えるもの**] は移ろいやすいけれど、[**目に見えない**] ものは永遠に変わりません

② 世界で最も哀れな人(盲目よりも悪いたった1つのこと)は、視力があっても [**ビジョン**] がない人(ないこと)

③ 「世界一で最高の美しいものたちは、見ることも触れることもできない。しかし、[**心**] で感じることはできる」

偉人から学ぶこと

私は自分の障がいに感謝しています。自分を見出し、生涯の仕事に出会えたのもこの障がいのおかげだからです

幼少期から自身の障がいと共に歩んできたヘレンだからこそ伝えることができる、重く響く言葉です。周りの人から、“障がい者”や“かわいそう”などといった言葉を浴びせられることもあったのではないかと思います。しかし、きちんと自分を見つめ、自分のできることを誰よりも努力して叶えてきたヘレン。目が見えないことを辞める理由にせず、多くのことにチャレンジした功績は計り知れません。

Work 自分を認めよう！そのための自己分析を行ってみましょう

現実では、すべての人がヘレンのようなメンタルを保って生活することは難しいでしょう。人は誰しもマイナスの部分をもっています。当然つらい時だってたくさんあります。大事なのは、自身の強み、弱みをきちんと理解し分析できているか、弱みの部分を改善するための努力ができているかだと思います。一度、自身の長所・短所を通して自分を見つめなおしてみましょう。



マイナスの部分をもたらした辛かった経験・できごとなど…

どのように乗り越えたのか

Work 意外と自分では知らないところもある?? 友人からの印象も聞いてみよう!

3年生になり面接練習が始まりました。実際に伝えることを考えたとき、長所や短所に困ったことはないですか。自分のことは自分が一番わかっているつもりでも、いざ話をしようとするとなんが強みで、何が苦手なのかを伝えることは難しいように感じます。そうした時の解決策の一つに、友人からの印象を参考にするというものがあります。よく面接官から、「あなたは友人からどのような人だと思われていると思いますか」といった質問を投げかけられることがあります。ですので今回は友人から意見を聞いてみて、自分の感覚とあっているのか、確かめてみましょう。新たな発見があるかもしれませんよ。

_____さん

_____さん

_____さん

_____さん

最後に! 📖 ヘレンケラーの強み: 肯定することの強さ

今回は、“自分を認める”をテーマに、自分の良いところだけでなく、弱みや変えたいという部分にも目を向けてみました。今日はいくつかの言葉を紹介しましたが、ヘレンケラーの言葉は常に前を向いている姿勢が感じられます。

「自分でこんな人間だと思ってしまうと、
それだけの人間にしかなれないのです」

ヘレンケラーは自分の障がいを肯定的に捉えています。もちろん、本音はわかりませんが、残した言葉からはそのように感じるすることができます。私はそれこそがヘレンケラーの強みだと感じています。障がいを悲観的に捉えず、誰よりも前向きに努力して生きていたヘレンケラーから、ありのままの自分を認めて、どんな状況にも幸せを見出していく大切さを学ぶことができたらよいなと思います。



顔はいつも太陽のほうにむけていて。

影なんて見ていることはないわ。