

あとできっと大切な時間だったとわかる

4月からみなさんといっしょにすごすことになりましたスクールカウンセラーきのしたともこの木下知子です。よろしくお願いします。

コロナのためにいつものように学校生活を送ることができなくなっています。今までに経験したことがないようなことが起こり、不安な気持ちになることが多くなりました。同じことが他の国でも起こっています。大変なことになっているイタリアの校長先生がこどもたちに向けてメッセージを送りました。日本語にわかりやすくした文を短く紹介します。



落ちついて行動し、集団のパニックにまきこまれないようにしましょう。そしてこれからどうしたらよいかという方法を考えて、いつもの生活を続けてください。せつかくの休みですから、散歩をしたり、良い本を読んだりしてください。16世紀や17世紀に大流行したペスト(恐ろしい伝染病)の時とくらべて、私たちには進歩した病気の知識がたくさんあり、それはさらなる進歩を続けており、信頼もできます。安全で正しい考えを大事にして、この世の中の財産である私たちと社会とを守っていきましょう。それができなければペスト(今のコロナのことです!)が勝利してしまうかもしれません。

友達にしばらく会えない、勉強はどうなるんだろうと色々なことを考えてしまいますね。だから、家ですごす時間を自分に与えられた「のびのびタイム」(「成長する」の「のびる」とこんな状況の中でもあせったりしない「気持ちをのびのびさせる」の両方の意味)として、自分にあった計画を立ててみましょう。好きな勉強をたくさんするのもよし、苦手なものに取り組むのもよし、読書、筋トレ、そうじ、手伝いなど上手に取り入れてみましょう。自分で考えて行動すると「次はこうしてみようかな」という気持ちかわいてくるかもしれません。

今を乗り切っていくためにこの時間はとても大切です。「後になって、あれは大切な時間だったね。その時に私たちはがんばったね。」と言える日が必ずくると信じています。

