



2020年 12月21日号

かほく市立七塚小学校  
教育相談通信  
発行者 木下 知子

# 今、できることをちゃんとがんばった！

今年もあとわずかとなりました。いつもとは違う年でしたが、じっくりと考えるまなざし、元気な発表の声、休み時間の楽しい笑顔、友だちとのあたたかいふれあい…などを色々な場面で見ることができました。がまんすることがたくさんあったはずなのに、それを感じさせない姿に私はいつも元気をもらっていました。きっとそれぞれに、「これがだめならこうしてみよう」と、今できることをいっしょうけんめいがんばったからだと思います。ピンチをチャンスに変える力はこれからもきっと役に立ちます。新しい校舎にさし込むお日様からもたっぷりエネルギーをもらったことでしょう。

今日は今年、何度か思い出した心理学者パールズのことばを紹介いたします。

わたしはわたしの人生を生き、あなたはあなたの人生を生きる。  
わたしはあなたの期待にこたえるために生きているのではない、  
あなたもわたしの期待にこたえるために生きているのではない。  
わたしはわたし。  
あなたはあなた。  
もし、えんがあつて、わたしたちがおたがいに会えるならば  
それはすばらしいことだ。  
しかし、出会えないのであれば、それもまた同じようにすばらしいことだ。

フレデリック・S・パールズ Frederik



何よりも大切なのは「わたし」。そしてまわりにいる人（まだ出会っていない人もふくめて）も大切な存在。コロナで落ち着かないこんな時でも自分を大切にできればまわりの人も大切にできますよ、そしてそれがまた「わたし」に返ってくるのですよと伝えてくれているように感じています。

来年もたくさんのすてきな姿をみせてください。よい年をお迎えください。