



ちょっと立ち止まって...

2021年10月号

かほく市立七塚小学校
スクールカウンセラー通信
発行者 木下 知子

引きだしをいっぱい作って入れよう!

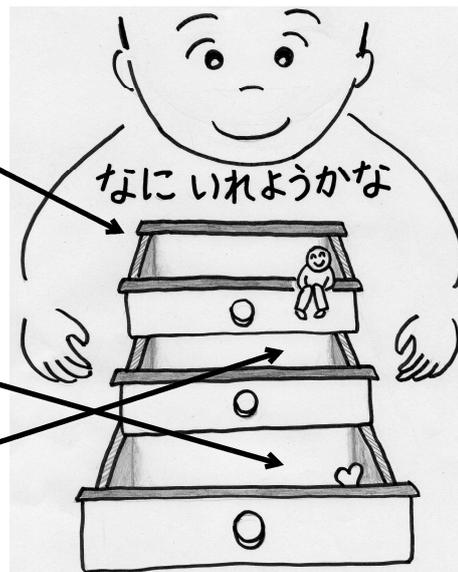
あなたの引きだしには何が入っていますかと聞かれたら、何と答えますか。「えっ? 引きだして何?」と思うかもしれませんね。引きだしはあなたが知っていること、大事にしていること、ちょっとじまんしたいこと、ひみつにしておきたいことなどをしまっておく心の中にある「入れ物」だと思ってください。

たとえば『おにごっこが好き』、『漢字をたくさん知っている』、『虫にくわしい』、『あの場所へいけばきもちが落ちつく』などたくさんあります。私も引きだしをもっています。さいきん入れたのは、金時草のたきこみごはんです。

このマンガおもしろかった。

なぜあんなにおこられたのかよくわからない

あのことばですごく元気になった



引きだしにつめこみすぎたら、忘れてしまうのかなと心配になるかもしれません。なくなることはありません。あなたの思いがたくさんこめられたものはいつでも思い出すことができます。でも小さなものでもなにかのきっかけで、思い出すことがあります。今はそれほど大せつではなくても、時間がたつと別の引きだしのものとながって思い出す時があるのです。「あの時、私が引き出しに入れたものはこんなに大切なものだったんだ。」と気がつく時がきます。その日のために、自分の引きだしをいっぱい作って、中にどんどん入れていきましょう。

さあ、これから何をいれますか。

