

## スクールカウンセラーからのおたより

今年もまた大災害に見舞われてしまいました。こんなに科学が進歩しても準備しても、人の力は自然の荒々しさを防ぐことはできないのかもしれませんが。

日本は昔から自然とたたかうより、避難を工夫し、何度でもしなやかに立ち上がって、しかも恩恵をありがたく受けてきました。スポーツの世界でも今年は、弱点を承知で自分たちを励まし工夫し、1人でできないところは仲間と力を合わせ、これまで近寄ることもできなかった相手に勝利する競技がいくつもありました。

昨年亡くなった樹木希林さんという、独特の演技で知られた女優さんの言葉を集めた本が、今年は何冊も出版されました。その独特さから見ると意外なほど、とても無駄のない、生きることの大切なところをしっかりと踏みしめた考え方が語られています。その中に「有り難い」とは「難があつて人は成熟する」と考えるという言葉がありました。だれもが弱いところ(難)を持っている、それをよく知って、弱さを補う工夫をし、自分なりのやり方を見つけていく。また、弱いから、一人でがんばるのでなく、人に助けてもらってありがたく思う。どう助けてもらうとうれしいかがわかるから、今度は人の手助けができ「ありがとう」と言ってもらう。その積み重ねで自分に自信がついていく、と言うことでしょうか。

人はよく、自分の弱いところを恥ずかしいと思って、人の目から隠そうとしたり、人の助けは受けないとがんばって、いつの間にか孤立してしまうことがあります。でも、それでは人の目が気になって、きゅうくつで寂しくありませんか？いっそ、難があるから、何をどう補えばいいか工夫して、力まかせではない乗り越え方を見つけて、もっとしなやかで自由な自分になっていけたらいいですね。

「私には弱点があるけれど、それでいい。だからこそ人と助け合って、自分のできる範囲、できる方法で、自分のしたいことを実現していく」こんな風に、生き生きと自分を開拓していける時間が学生時代なのかもしれません。弱点を補う工夫、楽しんでみませんか？

11月の面接は 11/11(月)・22(金)の予定です。相談の申込みは、担任・養護の先生・相談担当の先生方にたずねてください。



スクールカウンセラー