

スクールカウンセラーからのおたより

新しい 1 年が始まりました。どんなお年越しでしたか？大変な 2020 年を見送り、新しい年は、予定の立つ、おだやかな日々が続きますよう、いつもよりもっと心を込めて祈る気持ちだったことと思います。

今年は丑（うし）年。「丑」は手でものをつかむ形からできた文字だそうで、牛のように「先を急がず、一步一步着実に事を進めることが結果をつかむことにつながる」と言われます。あなたの今年の手帳には、まずどんな予定を書き込みましたか？

旧年は、何をするにも気をつけて、それなりにがんばっているのに、人と距離をとるよう求められ、なかなか認められ、ほめられることのない年でした。今年も感染の拡大が心配され、何をしたらいいかわからないと、やる気にならない滑り出し。予定なんてムリムリと感じられるかもしれません。

でもそこは「丑」。モグモグと草を食（は）み、4 つもある胃袋にため込んで、ゆっくり消化し、あんな大きな身体を作っていくように、先を急がず、予定の中身をいろいろ考えてみる時です。間もなく自由に動ける時がきます。その時までには、手帳には、おもしろいアイデア、将来につながるアイデアを一杯書きためてみてください。今は、アイデアをため、深める時です。

できるかできないかではなく、どうやったらできるかを考える。そして「今のうちに、自分にできることを一つずつ実行しておく」のです。時間がかかったり、回り道したりしても、きっと実現に近づいていく。たとえば、最初の目的とは違っていても、なんだか自分にとって良さそうな方向へ進んでいくのではないのでしょうか。

ピンチはチャンスです。いつもより考える時間があります。モグモグと消化して、大きな未来を作り出す準備を始めてください。みなさんにとって、実りある 1 年でありますように、応援しています。

1 月の訪問は 1/15（金）の予定です。相談の申込みは、担任・養護・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より

