

いっしょいっしょしん

for All その5

平塚小教育相談
2024.11月

自分を大切に、ひとを大切に とうと



左のイラストを見てください。にっこり笑っていますね。
何か楽しいことがあったのかな？ それとも何かワクワク
しているのかもしれませんが。今回は「気持ち」と「大切」がテーマです。

どんなことが入るかな

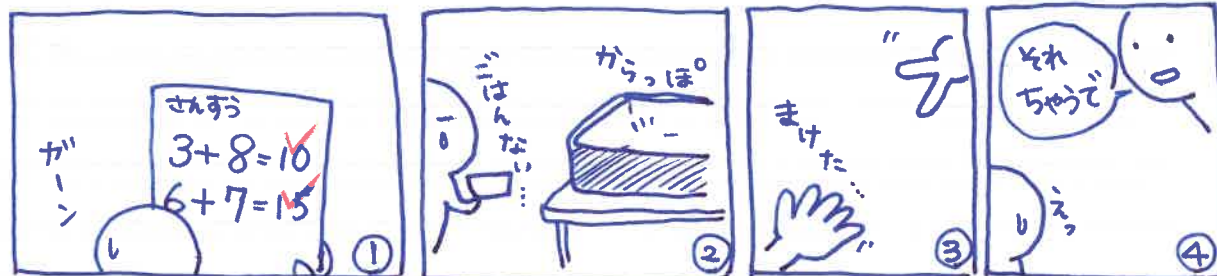
もんだいです。



「ワクワク」「やる気まんまん」「ドキドキ」
「楽しみ」「うきうき」... 答えは1つでは
ありません。ではこれは？

「ムカつく」と思った人はいましたか？

なんでムカつくになったのでしょうか。



①のようにお直しがあって、

「かなしい」「イヤだな」「〇がよかったな」「がっかり」

「できない！って思っていたのに...」

というように、「こうしたい」と思ってたのとちがう結果だったのかも
しれません。

②だと、「まだ食べたかったなあ」「ショック」とか...

③は、「くやい！」「勝ちたかった」「残念」

④は「なんでちがうの？」とか、「バカにされた(と思った)」とか...
「びっくり」



なんで そうなのかな 気づくと おちつく

Aさんは、ムカつく、と言っただけでしたが、「くやい」「がっかり」「びっくり」
など、いろんな理由が考えられますね。

①のようなお直しも、いっぱいあったら
しんどいから、右のようにプリントをぐちゃぐちゃに
したくなっちゃう気持ちもわかります。... でも...

「ミスはチャンス」「きりかえる」「うっかりミスだったな」などと

気持ちをきりかえると、できた♪ にかわります。

じが育つ

Aさんは、「きりかえ言葉」で「気持ち」が
切りかわってきたようです。そう、「仕方ない」ことも

あるんですね。わたたちは生まれてすぐはみんな赤ちゃん
でした。ワーン、って泣いて おっぱいやミルクをもらって おむつをかえて

もらってきました。でも今は、おしゃべりをしたり、自分でごはんを食べたり、
トイレに自分で行けています。(もちろん、病気などでトイレなどにお手伝

いが必要な人もいます。ワーン、って泣いていたのが Aさんのように
自分の気持ちに気づけたり、きりかえ言葉が使えたりすると、気持ちが
上手に出せるようになります。おむつをしているのが自分でトイレに行ける
ように「じ」が育つと、「気持ち」がわかるようになるんですね。

これって、イライラ虫から、自分も守れるし、まわりの人もニコニコ
できるし。気持ちが育つと、自分もまわりの人
も大切にできそうですよね。
教育相談、いつでもどうぞ。お待ちしております。