

「わたしとなかよし」になって 「みんなとなかよし」へと つなげましょう

新しい年度になって、4月から2ヶ月が経ちました。

小学生になった人、中学生になった人、学生から社会人になった人、勤務先が変わった人等、さまざまです。

新しい環境に慣れていくには、時間がかかり、自分が考えるようにうまくいかないこともたくさんあると思います。

そんな時は、落ち込んだり、「なんで自分はどううまくできないのだろう。」「どうして自分だけできないのだろう。」と自分が、いやになったりすることもあります。

「わたしとなかよし」という絵本があります。

「主人公のフタの女の子は、わたしといつも一緒になかよしです。女の子は一人ぼっちではありません。素敵な友だちがいるのです。それは、わたしです。」

わたしは、お絵かきしている時も、自転車に乗っている時も、わたしは、わたしとなかよしです。

歯磨きをするのも、わたしは、わたしが大切だから、歯磨きをするのです。」 瑞雲舎出版 ナンシー・カールソン作 中川千尋訳「わたしとなかよし」から抜粋

この絵本の主人公のように、「自分を大切にすること」から始めてみませんか。

自分を好きになり、自分を大切にしていくことは、友だちや、周りの人を大切にしていくことにつながるのではないのでしょうか。