

## 「チャレンジ。前へ！」～すべての那須高原っ子へ～

### ウェルビーイング 朝会編 第2弾

次の学習指導要領にも記載されそうな勢いのウェルビーイング。大人でも子供でも、心が元気だったり、心が幸せだったりしたいものです。ですから、これからの学校では、ウェルビーイングの考え方はとても大切なのです。前回の朝会は、「ありがとうの心」。今回は「ありのままにの心」です。

皆さんは友達のことが気になりますか。「あの子は〇〇なことができる。いいなあ」なんて思うことはありませんか。先生も「教頭先生のように仕事ができたらいいのになあ」「佐藤先生のようにテキパキと仕事ができたらいいのに」と思うときがあります。でもね、人と比べることなんてしなくていいんだと思います。だって、自分は自分なんですから。自分にできないことがあっても気にする必要はないし、それを残念に思うこともなくていいのです。皆さんには皆さんのよさがあるのです。

日本には1億3000万人くらいの方がいますし、世界を見たら70億人以上の方がいます。その人たちを全員あなたのことを好きにさせるなんて無理ですよ。自分のことを好きなじゃない人だっているのですから、自分は自分でいいのです。皆さんにできないことがあっても、あなたの責任ではないし、誰のせいでもありません。そして、そんなことであなたの価値は変わりません。

ちょっと先生方にインタビューしてみましよう。「自分のよいところを伸ばすためにはどんなことをしたらいいですか？」A先生いかがですか？「よいところを伸ばすためには、自分のよいところを見つけることが大切だと思います。」「そのとおりですね。自分のよいところの発見。大切だね。」では、もう一人にインタビューしてみましよう。「先生にはどんなよいところがありますか？」B先生はどうですか。「早起きをしていることです！」「素晴らしいよさです。」

皆さんのよさを見つけることは難しいことではありません。今、先生が話してくれたように、普段の生活でがんばっていることや続けていることもあなたのよさなのですよ。

「ありのままに心」大切にしてくださいね。



ウェルビーイングについては「ありがとう」「ありのままに」「なんとかなる」「やってみよう」の4つの心をお子たちに話していこうと思います。少しでも子供たちの心に届くといいなあ。

