



# 洛風だより・ほかほか通信 ～保護者のみなさまへ～

本年も「ほかほか通信」をよろしくお願いします。

## がんばっている受験生にどう声をかけたら・・・

いよいよ3年生は入試直前、2年生も生き方探究チャレンジ体験に頑張っています。そんな子どもたちに思わず「がんばれ」と声をかけてやりたくなります。先日の「カウンセラーを囲む会」でも、受験生にどのように接したらよいのか、見守るだけでよいのかという声も聞かれました。また、勉強が手につかない様子を見ていると、がんばってほしい気持ちが強くなり、「もっとやれるはずだ」「時間がもったいない」とか、つい小言を言いたくなります。

しかし、子どもは十分にプレッシャーを感じているものです。そのプレッシャーを紛らせるために、テレビを観たり、ゲームに手を伸ばしたりしてしまいます。また、しんどい時にかえってテンションが高くなったりもします。そのような時に、自分から困っている気持ちを少しでも周囲に伝えられたり、誰かがその話を聴いてやれるだけでも十分なのでないでしょうか。

### 「がんばれ」を英語に訳すと

**「Do your best」でいいの?**

「がんばれ」を少し違う視点から考えてみましょう。例えば、この「がんばれ」を英語に訳すとき「Do your best～ベストを尽くしなさい」と考えてしまいしますね。しかし、じつは少し違和感があるそうです。

例えば、野球の監督が助っ人の選手に、「Do your best」と言うと、その選手には「オレはベストを尽くしていないというのか」と思われてしまうそうです。それでは、どのように言うのがよいのでしょうか。

### 「Good luck」幸運を祈っているよ

**「You can do it」君ならできるよ**

**「Keep it up」その調子でいいよ**

これから何かにチャレンジしたりする人には、「Good luck」や「You can do it」、もうすでに何かをがんばり始めている人には、「Keep it up」という言い方が一般的だそうです。

この気持ちを日本語で表現してみると

**「うまくいくと、いいね」「楽しみにしてるよ」**

**「ちゃんと、見てるからね」**

という感じでしょうか。少し照れくさいような言い回しですが、安心できる言葉掛けを工夫するヒントになるように思います。

## 生活のリズムを整えて、暖かく、温かく過ごす

先週末から急に寒さが増しています。本校でもインフルエンザも流行ってきました。特に3年生は、これからは、無理に追い込んで勉強するより、生活のリズムを整えて、体調管理が大切になります。進路の目標も定まり、面接の練習も本格的に始まっています。その様子を見ていても、目標に向けて頑張ろうとしている心構えが伝わってきます。温かな眼差しと温かなごはんが何よりの応援ではないでしょうか。

今年度最後の「カウンセラーを囲む会～思春期・子育て・学び合い～」は

**2月22日(水)です**