



## 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はないでしょうか。

「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、安心できる言葉が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。その様子を見ていると、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