

ぱっと「にこっ」

まぐまぐ殿堂入り・日刊メールマガジン

「今日のフォーカスチェンジ」第2688号
(2011年3月10日発行)より

5年生のクラス劇づくりのお手伝いをしています。自分たちの体験をもとに、担任の先生が脚本を書いて、稽古を重ね、まもなく本番をむかえようとしています。

担任のしん先生(仮名)は、子どもたちのことを熱心に考えている、すてきな先生です。だから、子どもたちも、しん先生が大好きです。

ところが、このところ、しん先生は、ちょっとごきげんななめです。だって、本番が近づいているというのに、せりふを覚えきっていない子が、何人もいるし、場面転換は、だらだらしているし、そのために、予定時間もオーバーしてしまいそうなのです。なので、ついつい、大声を出しがちになります。

みんなだって、けっして、いいかげんに

やっているわけではないのです。

でも、本格的な劇づくりは、はじめての体験で、わからないこともたくさんあるのです。ちょっと照れちゃったり、とまどってしまったりすることだってあるのです。

その日は、私が担当する最後の稽古でした。玄関まで送ってくださいながら、しん先生が言いました。「かめおかさん、どうして、いつもそんなにほがらかなんですか。ぼくはついついあせって、(怒って)しまうんです」

私は、こたえました。「だって、怒っても、子どもたち、上達しませんから」。しん先生は、ちょっとはっとしたようでした。それで、私も、つけ加えて言いました。

「気持ちはわかりますよ。どうしても、ついつい、気になっちゃいますからね。怒ってしまったときはね、そのあとにすぐ笑えばいいんですよ。怒ったままで、子どもたちも先生も、気分がよくないけれど、ぱっと笑ったら、子どもたちもほっとするし、先生の、本気の気持ちだって

伝わります」

しん先生も、うなずきました。「わかりました。そうしてみます」

それは、長いあいだ、私が子どもたちとワークをやってきて見つけた方法です。気持ちを止められずに怒ってしまったときも、そのあとすぐ、無理やりにでも(笑)、にこっと笑うと、子どもたちは、とたんにほっとした顔になるのです。

何よりも、自分自身が、さっきの怒りを忘れて、やさしい気持ちになれるのです。お互いに、あとに引きずらずにすむのです。

それを繰り返しているうちに、自然に、ぱっと笑顔に切り替えられるようになりました。だんだん、怒る前に、「あっ」と、気がつくようになりました。

そしたら、いつのまにか、怒らなくてもすむようになりました。怒るのではなく、最初から笑顔のままで、伝えるべきことを伝えれば、ちゃんと伝わるようになりまし

た。

もちろん、ときには、本当に怒らなくてはならないこともあるかもしれませんが、たぶん、それは、きっと、とても特別なときだけです。おそらく、1年に1度、あるかないかくらいでしょう。

そのくらいであれば、そのときは、しっかりきちんと怒ればいいのです。子どもたち、きつとちゃんと聴いてくれますから♪

怒りたくないけど、ついつい怒ってしまうという、あなた。ためしてみませんか。

怒ってしまったら、ぱっと「にこっ」♪ 子どももあなたも、すっきり切り替えられる、とっても気持ちのいい方法です。(*^_^*)

●日刊メールマガジン「今日のフォーカスチェンジ」(かめおかゆみこ編集・発行)は、**2003年11月1日**創刊。**2010年12月、2600号**達成。3秒で読める携帯版もあり。無料講読は「かめわざ快心塾」から♪

<http://kamewaza.com/>