



三日坊主からのスタート

子どもたちの元気な声や笑顔が学校に戻ってきました。例年より一週間早いスタートです。もっと夏休みが続いたらという思いがあったかもしれませんが、それでも、早く友達と話したい、遊びたいという気持ちも大きかったのでしょうか。多くの笑顔が見られ、楽しそうに過ごしていました。

1学期の終業式、新しいチャレンジをしてほしいと子どもたちに話しました。料理の手伝いをする、図書館で調べ物や学習をする、たくさんの本を読む、キャンプや旅行に出かけることがあったら、家族のために働くなど。何でもいいから、新しいことに挑戦してみようと呼びかけました。夏休み中の子どもたちの様子はいかがだったでしょうか。何かにチャレンジしていましたか。

自分の子どもの頃を振り返って見ると、夏休みの終盤はいつも宿題に追われていました。今年こそは計画的にと思うのですが、毎年同じことの繰り返し。しかも宿題をきちんと終わらせて始業式を迎えたことはありません。いつも、先生に叱られていました。

宿題だけではありません。何かやりたいことがあって始めても長続きしない。「コツコツ地道に頑張る」とか「継続的に取り組む」とかが本当に苦手でした。親からも「お前は三日坊主でだめだ。」とよく叱られたものです。

ですから、「三日坊主」という言葉が好きではありませんでした。何かをやり始めたら1日も休まずに続けなくてはいけない、そうでないとだめなんだと思い込んでいました。確かに、このように継続できればすごいです。でも、それは簡単なことではありません。

最近は何歳をとったからでしょうか。もっと楽に、まずは「三日坊主」からスタートしてもいいのではと考えています。まずは三日続けよう。そして、きつい時にはちょっと休憩。そして、また三日。場合によっても二日でもOK。大切なことは、休憩を入れながら二日、三日を重ねていくこと。そうすると、結果的には一週間や一ヶ月の間に結構な日数実践したことになります。

「三日坊主」は駄目。やり始めたら徹底的にという取り組み方もあります。その一方で、まずは「三日坊主」からという方法もあります。どちらも結果的には何かを継続し、自分を高めていくことには変わりありません。

自分に合った方法で、充実した2学期にしてくれたらと思います。