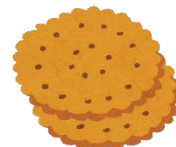


こころのほっと通信

2026年度 8・9月号 発行：武庫川女子大学附属中高 カウンセリングルーム



うまくいかないことも、きっと可能性につながる ～あきらめずに進んでみよう～



みなさん、夏休みをどんな風に過ごしていますか？「これに挑戦しよう！」「よし頑張ろう！」と思っている人もいれば、「なんだかうまくいかないな」「自信が無いな。これからどうしたらいいんだろう」と、思っている人もいるかもしれませんね。

そこで、今回はそんな「うまくいかない時」にどうしたらよいかについて、絵本「ぐるんぱのようちえん」（作：西内ミナミ 絵：堀内誠一 福音館書店）をヒントにお話したいと思います。

象の「ぐるんぱ」は他の象よりも大きくて、いつも一人ぼっち。寂しくて、泣いてばかりいました。そんな「ぐるんぱ」は、ある日働きに出ることになります。ビスケット屋さん、靴屋さん、ピアノ工場、自動車工場……。一生懸命に働きますが、体が大きすぎる「ぐるんぱ」が作るものは、どれもあまりにも大きすぎて、売り物や使い物になりません。行く先々で追い出されて、泣きそうになります。

「ぐるんぱ」は、体が大きくて一人ぼっちで、自分が悪いことをしたわけではないのに、辛かったと思います。みなさんも、自分が悪いことをしてないのに、なぜか一人になったり、良かれと思ったことがうまくいかないと、辛い思いをしたり、どうしていいかわからなくなることがあると思います。

「ぐるんぱ」はそんな中でもしょんぼりしながら歩いて行きました。そして、ある日、子どもがたくさんいて大変そうなお母さんに会い、お世話を頼まれます。すると「ぐるんぱ」が作った、大きすぎて使えなかったものは、多くの子どもたちの楽しい遊具になったり、大きなおやつとなって大喜びされました。そうして「ぐるんぱ」は幼稚園をひらきました。そこには一人ぼっちで寂しい子ども達もたくさん来て、楽しく遊べるようになりました。「ぐるんぱ」も寂しくなくなりました。

「ぐるんぱ」は、しょんぼり進む時間は辛かったかもしれませんが、前に進むと、お世話を頼まれて、自分らしさが発揮できるという、新しい可能性に出会います。みなさんも、辛い時に「どうしたらいいんだろう」とじっくり考えたり、物ごとをほかの角度から見たりしながら前に進むと、「ぐるんぱ」のように「役に立たない」と思っていたことが役に立ったり、自分の苦手さを活かせる可能性が拓かれるかもしれません。

また、「ぐるんぱ」は孤独で寂しい経験があったからこそ、寂しい子ども達も皆で遊べる楽しい幼稚園を作り、「ぐるんぱ」も寂しくなくなったのだと思います。

みなさんも、辛いことや嫌なことがあっても、その経験が「ぐるんぱ」のように生かされたり、他の場ではうまくいかなかったことが、じっくり考えたり、角度を変えてみたりすると、自分らしさが活かせる出会いがあるのではないかと思います。

それでも「うまくいかないな」と思った時はカウンセリングルームに来て下さい。一緒に考えていきたいと思います。



★カウンセリングルームへの申込方法（くわしくはパンフレット・武庫女アプリを見てください）

①カウンセリングルーム1（科学館1階）の掲示板にある「面接予約表」を見て、来たい日時に○印をつけてください。

②武庫女アプリ→学校生活→カウンセリング→予約

③担任の先生を通して、申し込んでもらうことも可能です。予約した日時・カウンセリングルームに来てください。

＊相談場所 カウンセリングルーム1（科学館1階） カウンセリングルーム2・3（記念体育館1階）

★性格検査、職業レディネス（自分の興味を知ろう）など、4人までなら一緒にできますので、来てください。