

# おも ども 思い通りに ならない?

「ぼくは <sup>そと</sup>外で <sup>あそ</sup>遊びたかったのに、  
オスカーは いやだって <sup>い</sup>言うんだ!」  
4才の アランが プンブン おこって  
います。お兄ちゃんたちは <sup>ふたり</sup>二人とも、  
<sup>ひるま</sup>昼間は <sup>がっこう</sup>学校に <sup>い</sup>行っています。  
<sup>かえ</sup>帰ってきても、<sup>しゅくだい</sup>宿題が <sup>そと</sup>あって 外で  
<sup>あそ</sup>遊びたく <sup>とき</sup>ない 時だって あります。

4才の <sup>こ</sup>子どもにとって、<sup>あそ</sup>遊び相手 <sup>あいて</sup>が  
いない <sup>い</sup>というのは つらい ものです。

<sup>かあ</sup>お母さんが アランを <sup>あ</sup>だき上げて  
ハグしました。「アラン、あなたの  
<sup>うえ</sup>上に <sup>あまくも</sup>雨雲が <sup>あつ</sup>集まって きているのが  
<sup>み</sup>見えそう <sup>な</sup>くらい だわ。でも、  
どうしたら <sup>きぶん</sup>気分が よくなるか、  
<sup>し</sup>知ってるわよ。」





「なあに？」アランが たずねました。

「物事が 思い通りに ならなくて  
がっかりしている 時は、今日 起こった  
ことで、うれしかった ことを 全部  
思い出して ござんなさい。まずは、  
今朝 オスカーが、学校に 行く 前に、  
あなたの お気に入りの お話を  
読んでくれた こと。」

アランが うなずきました。アランは、  
その お話が 大好きでした。

「それから、おばさんが 来て、  
あなたの 好きな お昼ごはんを  
作ってくれた こと。」

そうです。ピザトーストは、アランの  
大好きな 昼ごはんの メニューなのです。



「そして今夜は、お父さんとお兄ちゃんたちと、  
レゴの作品コンテストをするんでしょう?」

そうでした。アランはすっかり、楽しみに  
していた今夜のことをわすれていたのです。  
早速、レゴの作品コンテストの準備に  
取り組み始めました。みじめな気分は  
すっかりふき飛んでいました。

\*\*\*

あなたは、どうやってみじめな気分を  
ふき飛ばしますか? 追いかけて回して、  
追いはらいますか? いいえ! ただ、幸せを  
よびこめばいいのです。感謝していることを  
たくさん思い出した後は、いやな気分が  
ふき飛んでいることに気付くでしょう。  
うれしく思えることや、楽しみにできる  
ことは、いつだってあるものです。

文:アリーヤ・スミス 絵:アルビ デザイン:ステファン・ミラー  
出版:マイ・ワンダー・スタジオ

Copyright © 2016年、ファミリーインターナショナル  
"So Things Aren't Going Your Way?"-Japanese  
関連の読み物はこちら ⇒ 前向きでいること、幸せ