

カウンセリング・ルームだより

H23. 9・10月合併号

* 相談室開設日・行事満載の2学期スタート! 心と体を大切に!



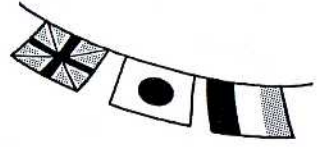
月	火	水	木	金	土	日
9月			1 新 9:35	2 SC PM	3	4
5	6 新 9:35	7	8 新 9:35	9 SC AM	10 新 9:35	11 体育大会
12	13	14	15 新 8:35	16 SC PM	17	18
19 敬老の日	20	21	22	23 秋分の日	24	25
26	27 新 9:35	28	29 新 9:35	30 SC AM		
10月					1	2
3	4 新 9:35	5	6	7 SC PM	8	9
10 体育の日	11 新 9:35	12	13 新 9:35	14 SC AM	15	16
17	18 新 9:35	19	20 新 9:35	21 SC AM	22	23
24	25 新 9:35	26	27 新 9:35	28 SC AM	29	30

☆マーク☆

S.C.・稲田先生来校日
新...新田先生来校日

★電話での相談★
相談室・直通

32-2415



じっと我慢する場面では
どんな行動をとったらいいの?

** 新田がお伝えする、稲田SCによる「忍耐」のお話 **

9月になり、少しずつ過ごしやすくなってきて感じています。

皆さんはどんな夏休みを過ごしましたか? 私はカウンセリング研修を頑張った夏でした。

8月の初旬に受けた教育相談講座で、とても心に残った言葉がありました。

三隅中学校スクールカウンセラーでもある、講師の稲田先生が話された言葉です。

・学校の中で、より良い人間関係をつかっていくためには、他者への関心を持つ「感性」を磨く必要がある。感性の中身は、自己肯定感・社会性・耐性・感謝だと思ふ。

この感性のなかで「耐性」、耐えることを身につけることの大切さを強く感じている。

*じっと我慢する場面で、どんな行動をとったらいいのだろうか...その答えは、

・投げ出さずにそこにいる。じっと動かずにそこに留まり、時間が解決するのを待つ。

その状況の中で、一つ一つできることをやる。

皆さんはどんなことに耐えていますか? 日々の生活の中で、部活動や間近に迫っている体育大会の練習、クラスの中の人間関係、様々なフレッシャーに耐えていますよね。

どうしていいか分からなくなったとき、この言葉を思い出してほしいと思います。

「投げ出さずに、その場所を動かず、一つ一つできることをしていく」

そうすれば、きっと目の前の道が開けることでしょう。 **応援しています**