



さわやか相談室だより

令和3年10月7日発行 第6号 行田市立南河原中学校
さわやか相談室 048-557-0302



だいぶ秋らしくなってきました。スポーツの秋、読書の秋…と、秋は何をするにもよい季節です。引き続き感染予防対策をしっかりと行ったうえで、好きなこと、興味があるけれど今までできなかったことなどにチャレンジして、気分転換をするのもいいかもしれませんね。

大事ななのは「心配をどう活用するか」



一般的には、心配性は良くないと言われていますが、心配性だからこそ成功することもあるそうです。一体、どういうことなのでしょう？

心配性には、ふたつのタイプがあります。

ひとつは、心配ばかりして動けなくなるタイプ。動かない分、悪い想像ばかり膨らんで、悪循環となっていきます。これが「心配性は良くない」と言われる理由です。

もうひとつは、心配だからこそ行動するタイプ。心配・不安を払拭しようとして行動せずにはいられなくなります。このタイプは、失敗と成功を繰り返しながら、確実に成長していくと言います。このような理由から、心配性は一概に悪いものではないとすることができます。

大事ななのは、「心配なので行動したら失敗したが、その**失敗に対して反省し、心配・不安に対策を考えて再びチャレンジする**」ことです。**心配なら、今できることを精一杯こなしていくことが大切**です。

人は常に進化していくのです。



スクールカウンセラー来校日

【10・11月の予定】

10月 5日(火)・19日(火)

11月 2日(火)・16日(火)



三村先生にお話を聞いてもらいませんか？

保護者の方は事前に電話にて御連絡ください。

生徒のみなさんは昼休み・休み時間に来てください。

【前々号「知識は武器」の続きですが…】

「人は無限の知識を得られるんです。

知識は心を豊かにもしてくれます。」

これは、同じ学園マンガでの、家庭環境を理由に学校に行かなくてもいいと考えている保護者に対する、主人公の教師のセリフです。

知識はあらゆる場面で得られますが、そのひとつである学校で得られることもいろいろあると思います。