



並木中等story

令和2年11月9日号

心の穴は埋めたくなる！

「心配なことはありますか。」勉強のこと、部活動のこと、友達のこと、家族のこと、健康のこと、あげると切りがないと思います。私は、今でもたくさんの心配事があります。人はこの心配事を減らしたい、無くしたいと考えます。心の穴は埋めたいですからね。

ある心理学者は、**心の穴の埋め方が上手な人と下手な人がいる**と話していました。



上手な人は、心配事をきちんと受け止められる人に話したり、メールや手紙を書いたりして心配を和らげている。下手な人は誰かを悪者に仕立てたり、感情的に騒いだりして不満を解消するそうです。この場合ですと、話が悪循環したり、悪い広がりを見せることがあるということでした。

心配な事は、“こういう状態で心配です”とそのままを相談するといいいのでしょう。策をめぐらすのは良くないと思います。

祝《令和2年度県高等学校囲碁選手権 県高等学校文化連盟将棋大会 ダブル優勝》

5年次の青柳さんが、令和2年度県高等学校囲碁選手権と県高等学校文化連盟将棋大会にそれぞれ優勝しました。共に関東大会出場の権利を獲得しました。

おめでとうございます。