



並木中等story

令和4年6月24日号

自分のことを大切にしていますか？

“自分の体だからどうなったっていいでしょう”と話した生徒がいますと聞きました。きっと、自分では納得できないことが続いているのでしょう。人は自分の思い通りにいかないと他にあたり、自分にあたり、閉じこもってしまったりすることがあります。私もありました。ただ、その内容は一人一人異なるので「私には分かります。」とは書けません。一つ言えることは自暴自棄は良くないということです。感情的に行動すると自分の予想以上のことを起こしてしまうことがあるからです。



では、どうするか。思ったこと、感じたことを何かに書いてみてください。又は信頼できる人に話をしてください。まとまらなくていいです。そのままを表現してください。書いているうち、話しているうちに自分の気持ちが整理されてくると思います。一回で書こうとしたり、話そうとしたりしないでいいです。複数回でもいいのです。短くてもいいです。辛い思いを吐き出すことが自分自身を大切にすることにつながるからです。

《学校説明会を8月6日に開催！》

小学生及びその保護者対象の学校説明会を8月6日（土）にノバホールで開催します。10時30分からと13時からの2回同じ内容で実施します。申込はWebで行います。受付は、7月4日（月）9時からWebで行います。よろしくお願いいたします。