

教育相談便り 14号

悩むことは悪いこと？

- ☑ なんとなく気分が乗らない、やる気がでない
- ☑ 友達と気まずい状態、仲直りしたいけど、
- ☑ 勉強の仕方がわからない、授業についていけない
- ☑ 部活と勉強の両立がうまくいかない
- ☑ 家族のことが心配で何も手に付かない
- ☑ 彼氏、彼女のことを相談したいけど

嫌なこと・気になること・不安なことが頭から離れない

「悩んでばかりの自分はなんて弱いんだろう…」

そんなことはありません。人は誰でも悩むもの。悩むということは見方を変えると

- ♡問題から目をそらさず向き合っている
- ♡現状を変えたいという前向きな気持ち
- ♡今の現状をよくしたいという向上心がある

と、いえるのではないのでしょうか。だから**「悩みは変わる(変える)チャンス」!**
成長するチャンスかもしれません。そして成長するには、他者からアドバイスを得たり他者の力を借りたりすることが必要な場合もありますね。まずは誰かに話しをしてみよう。

2月の日程

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
9	10 ○	11	12 ☆	12
16	17 ○	18 ◎	19 ☆	20
23	24	25	26 ☆	27

☆SC:小野文子さん 午前中(1~3校時)
○支援員:比嘉ゆかさん 午前中(1~3校時)
◎支援員:吉田順子さん 午前中(1~3校時)
※予定は変更になることもあります。空き時間など
teams で連絡するので確認ください。

スクールカウンセラー、就学継続支援員の
来校は **2月まで**です。
3月、4月の来校はありませんので
面談希望者は早めに連絡をしてください。

