

クラス全員が一つになって盛り上がった音楽祭も終わり、ホッとしたり気が抜けたり、何だか身体に力が入らないという人もいると思います。朝や放課後の練習だけでなく、休み時間や教室移動中も歌っている姿からは、みなさんの熱意と意気込みが感じられました。

順位や賞という形で結果が出るものは、練習の過程よりもその評価が気になりますが、「自分としてどうだったか」を考えることも大切です。

「頑張った甲斐があった」「頑張ったのに、残念だった」思いはそれぞれだと思いますが、「自分としては、カー杯頑張った」と言えることが一番価値のあることではないでしょうか。



ひとくちメモ — エンパワメント —



人は、生命力・可能性・個性・感性・人とつながる力などの、素晴らしい力を持って生まれてきます。その持って生まれた力を発揮していくことを、「エンパワメント」と言います。

私たちが成長していくときに、この力を発揮する力と、傷つけようとする力があります。

持って生まれた力を高める言葉がけ(A)

よ



持って生まれた力を傷つけ弱める言葉がけ(B)

ダメだな・だから言ったじゃないか

ばか・へた・嫌い・あっちへ行け・邪魔

どうせ出来ないよ・やめれば・価値ない



自信喪失・・・不安・緊張

暴力、いじめ、差別、比較が相手を傷つける

感謝して、お互いのエンパワメントする力を高め合いましょう。

【保護者の皆様へ】

スクールカウンセラーへのご相談は、金曜日午前 10 時～午後 4 時となります。相談ご希望の方は担任までご連絡ください（相談内容を伝える必要はありません）。時間の調整をして、折り返しご連絡いたします。相談したいけれど時間の都合がつかないという方もご連絡下さい。可能な範囲で調整いたします。



よろしくお願いします

今後のスクールカウンセラー勤務日

R6 11/8、15、29 12/6、13

R7 1/17、24 2/7、14、21、28 3/7