



10 / 3 (火)、スクールカウンセラーの中村先生を講師にお呼びして「SOS 出し方・受け止め方」の授業を行いました。さすが5年生！ドンドン挙手します。

多感な5年生の時期は、知らず知らずのうちにストレスを抱え込んでしまうこともありますね。「まだ大丈夫」と無理をして抱えると身動きが取りづらくなります。ストレスを手放しやすくなる考え方のお話。また、そんな友達の手を握る話をふっと軽くしてあげられるような話の聞き方についてのお話をいただきました。