

教育相談だより

令和5年 11月号 野村高校

本格的な冬に向けて、どんどん気温が下がり、寒くなってきていますね。
いつも以上に体調管理を意識して過ごしていきましょう！
今月は、スクールライフアドバイザーの片桐弥生先生からメッセージをいただきました。

すっかり秋を感じる季節となりました。

2学期は体育祭、修学旅行、マラソン大会、高校祭等々大きな行事が続きました。みなさんよく頑張りましたね。みなさんにとって、良い思い出が多く残ることを願っています。

人は親子関係に始まり、集団生活(他者)との関わりの中で成長していきます。

傷ついたり、悩んだり、はげまされたり・・・。

みなさんもよく知っている言葉に

「過去と他人は変えられない、変えられるのは未来と自分自身だ」



カナダ出身の精神科医 エリック・バーンの言葉です。

もちろん起こってしまった出来事(過去)は事実として変えることはできません。でもその出来事が自分にとってプラスになる考えや気づきを教えてくれたなら、自分のこれからの行動(未来)にプラスの反映ができたなら、過去のマイナスな出来事へのとらえ方を変えることができます。

そう考えると「過去は変えられる」と思ってもいいんじゃないでしょうか？

いつ何が起きるかわからない未来へ柔軟な心で向き合ってみませんか？



《片桐弥生先生 来校予定日》 11/6 (月) ・13 (月) ・20 (月) ・27 (月)

* ご相談は下記でも受け付けております。

電話番号：(0894) 72-0102 メール：nomh-soudan@school.esnet.ed.jp