

6月26日（木）

4年生 GHP

4年生が、心の専門家であるスクールカウンセラーの先生による「GHP」（グロウイングハートプロジェクト）の授業を受けました。今回は、自分の本当の気持ちに気づくことができるように、「心の天気」を描いてみることを教えていただきました。天気が刻々と変化するように、心の天気もどんどん変化していきます。晴れたり、曇ったり、時には雷が鳴ったり。なんとなくもやもやするとか、嫌な感じがする状態のままではなく、少し立ち止まって、「何でかな!？」と、心の声に耳を傾けてみるとよいと思います。そして、困ったときは一人で悩まず、相談しやすい人に相談して、心の曇りを吹き飛ばしてほしいと思います。



