

10月30日（木）

6年生 GHP

6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。「心の天気」を描いて、自分の気持ちに思いを傾けることや、気持ちが落ち込んだ時に回復する方法について教えていただきました。心のエネルギーをたっぷり充電できるように、子どもたちが自分の好きなことやリラックスできる方法をたくさん見つけれれるとよいなと思います。そして、カウンセラーの先生も言われていましたが、とにかく「困ったときは一人で悩まず、相談しやすい人に相談する」ということを、心に刻んでおいてほしいと思います。



