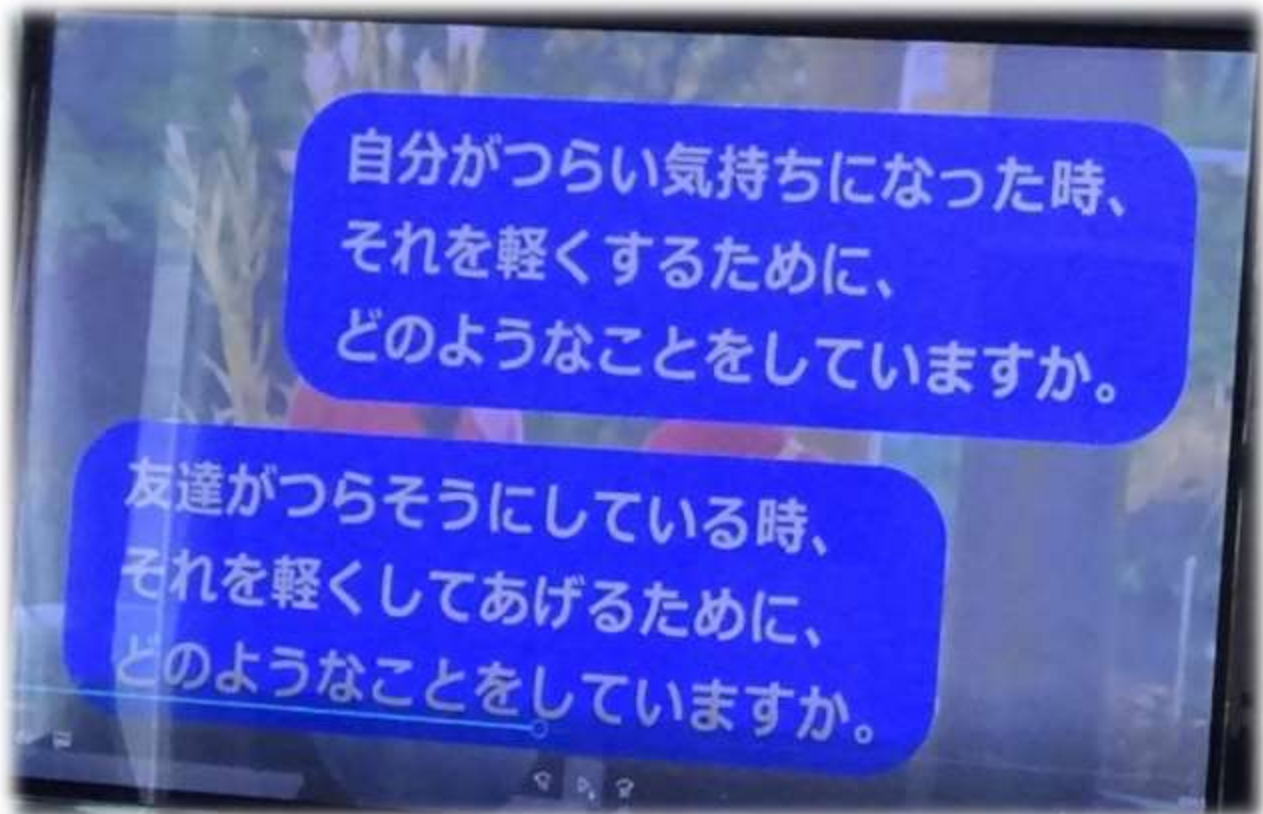


自分を大切に～不安や悩みへの対処～



「自分」がかけがえのない存在であることに気づき、思春期の不安や悩みに対処する方法を考えるGHP、6年生がSCの先生から大切なことを学びました。



思春期に起こりやすい不安や悩みは、体の変化や人間関係の広がりなどから誰もが経験する自然な現象といえます。とはいえ、大き過ぎたり長期間に渡ったりすると心や体に悪影響が出ますので、早いうちに対処法を知ることが大切です。