

そうだんしつだよ 相談室便り

れいわ ねんど がつごう
令和4年度7月号



まつどしりつだいいちちゅうがっこう
松戸市立第一中学校みらい分校

なつやす
夏休みまであと少しですね。調子はどうですか？

こんげつごう
今月号の相談室便りでは、＜自分の強みについて＞取り上げてみました。

わたし
私たちは思うような成果が上げられなかったり、人に否定的なことを言われると、がっかりしたり自信をなくしたり自分はダメだなーと思いついでしまいがちです。視野を広げて自分の強みについて考えてみましょう。

- ・好きなこと、得意なこと
- ・好きな授業、頑張っていること
- ・家族、友達、信頼できる人
- ・自分の性格
- ・自分の夢など

わたし
私たち一人一人には各々個性があり、得手不得手があります。自分の強みを知ることは自分に自信を与え、自分を受け入れ、目標にチャレンジする力になります。夏休みは自分と向き合い自分の強みを考えるいい機会です。たくさん強みを見つけてください。なかなか見つけられない時には、家族や友達とやってみるのも、いいかもしれません。自分で気がつかない強みに気づいてくれるかもしれません。

そうだんしつりよう 相談室利用のご案内

わたしたち
私たちの日常生活には色々なことが起きます。何か心配事があったら、一人で抱え込まず、気軽に相談室に来てください。

<相談の申し込み方> ・直接カウンセラーに申し込む ・先生に申し込む

<相談できる時間> 授業の前の4時から。緊急時などは授業中も可能。

<相談の場所> 相談室みらいルーム 047-366-1223 (電話は～6:55まで)

<在室日> 7月7日木曜 7月14日木曜 9月8日木曜 9月22日木曜