



すこやか

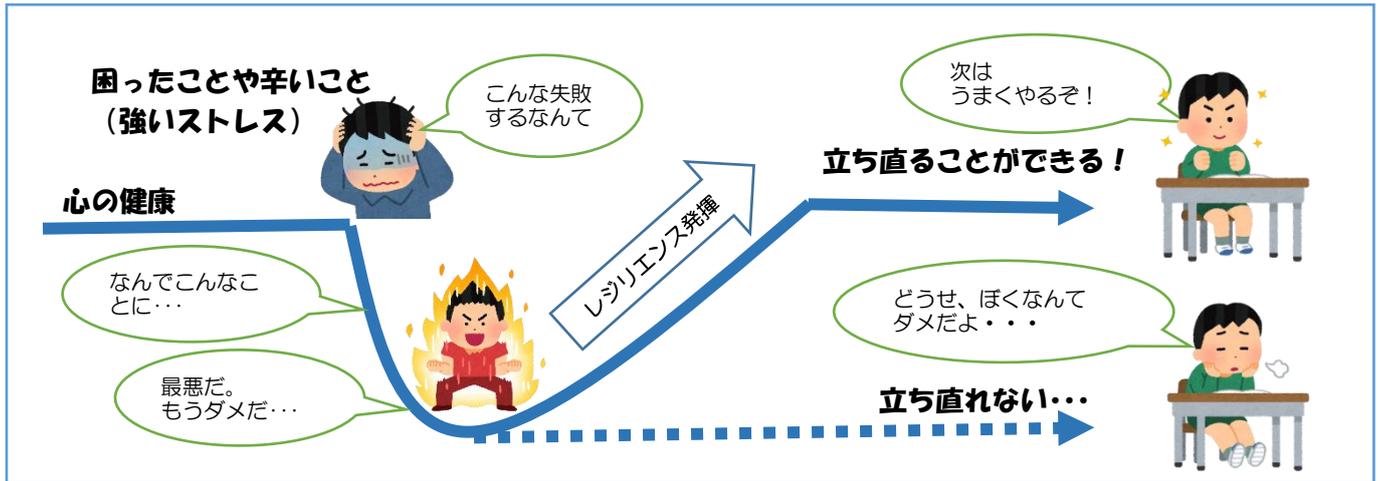
# 心の相談室だより

新地小学校  
No.7  
R5.10.24

～ハンカチのような人をめざして～

## 「レジリエンス」を育てよう！

☆ レジリエンスとは、  
困ったことや辛いことなどがあって落ちこんだ時、そこから心を回復する力、立ち直る力のことです。



上の図のように、立ち直れる人と立ち直れない人の違いは、レジリエンスの力の大きさです。レジリエンスの力が小さいと、ちょっとした失敗から立ち直れず、どんどん落ち込んでしまいます。レジリエンスの力が大きい人は、その失敗をバネに次の成功を導き出すことができます。社会の中で生き抜くためには、このレジリエンスの力はとても重要です。その力を育てるために、子どもたちからたくさんの経験を重ね、失敗や成功を繰り返していくことが大切です。私たち大人は、子ども達の力を信じ、自分で立ち上がる強さを身につけていけるよう、陰で見守り支えていかなければなりません。



### 新地小学校のSC(スクールカウンセラー)

さがらさきこ  
相良咲子先生の来校日 ☺



日	月	火	水	木	金	土
			1 ☺	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15 ☺	16	17	18
19	20	21	22 ☺	23	24	25
26	27	28	29	30		

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6 ☺	7	8	9
10	11	12	13 ☺	14	15	16
17	18	19	20 ☺	21	22	23
24 /31	25	26	27	28	29	30

\* 保護者の方だけでなく、児童本人もカウンセリングを受けることができます。SCとの相談は予約制です。  
新地小学校62-2006までご連絡ください。