



いよいよ一学期が終わり、夏休みに入ります。さまざまな課題に直面し大変な思いをしたという人は、長かったと感じるかもしれません。一方、短かったと感じる人は、慌ただしい毎日に追われて、一つ一つを振り返る暇がなかったのかもしれません。いずれにしても、「終わる＝なかったことにする」のではなく、この期間に経験したことが自分にとってどのような意味があったのか、振り返ってみましょう。そこに、次のステップにつながるカギがあるはずです。夏休み中に、振り返りと次へのスタートの準備をしましょう。



☆課題の分離☆

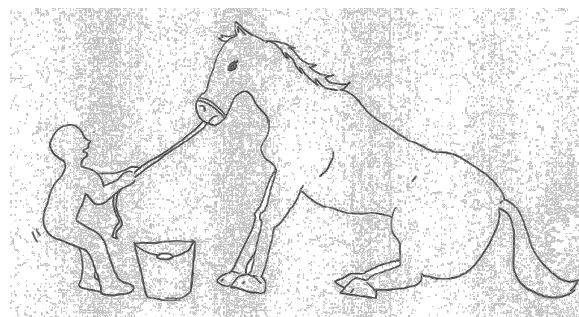
私たちの悩みは、人間関係によるものが多いと言われています。では、人間関係の悩みはどうして生ずるのでしょうか。それは、「誰の課題（問題）なのか」区別できなくなってしまうことにあります。他人の問題なのに首を突っ込んでしまったり、自分の問題として取り込んでしまったりして、自分自身を苦しめてしまいます。

自分がコントロールできるのは自分だけ。他人をコントロールすることはできません。「どこまでが自分の問題か」「どこからが他人の問題か」見極めましょう。

～イギリスのことわざ～

You can lead a horse to water
but you can't make it drink.

（訳）馬を水飲み場まで連れて行くことはできるが、馬に水を飲ませることはできない。



馬を連れて行くこと ＝ 自分の課題
馬が水を飲むこと ＝ 馬の課題



沖先生の来校日（8月）

8月29日（金） 10:00～14:00

場所：教育相談室（本館2階会議室手前）

*夏休み中、沖先生が来校される日はありません。

何かあれば、HR担任か、教育支

援課に声を掛けてください。



心に響く言葉

どん底の先に希望がある。
苦闘の先に未来がある。
あきらめなければ世界は変わる。

木村秋則

（リンゴ農家／無農薬・無施肥によるリンゴ栽培に成功）