



放課後の通級が始まりました。楽しい話題の中から、ありがとうスキルや好きと考えるスキルなどセルフコントロールの内容を多く取り上げています。スキルの獲得には、時間と意識化が必要です。



冬の枝に心あり  
秋の枝に実あり  
夏の枝に花あり  
春の枝に芽あり



日本には、春夏秋冬四季があり、私は、それを当たり前のように感じて過ごしてきました。ここ数年、その当たり前が当たり前と思えない現象が続いています。それに一喜一憂する日々が周りにあります。美しい美瑛の丘風景・・・美しいものを美しい 素敵なものを素敵だと言えるところを大事にしていきたいです。

四季折々の枝には、四季折々の表情をのぞかせています。その美しさに気がつける余裕が私たちには必要ですね。朝早起きしてのウォーキングも45日ほど続いています。健康になっているかどうかわかりません。でも、清々しいと思える/深呼吸したときの心地よい朝が多いのは、早起きの財産なのかもしれない。

## 思春期における教師と保護者の子育て褒め方スキル10

### 褒め方のコツ⑨教師自身の正直な印象/感じを、率直に語る事が大切！

OPTAの広報誌に掲載された内容。

- ・(毎朝、通勤途中にすれ違う一人の男子生徒。どこへ行っているのかを尋ねると、欠席がちのA君の家に迎えに行くとのこと)「私はハッとさせられた。」
- ・(A君がここまで来るには)「毎朝すれ違う生徒の隠れた働きがあったのだ。私はところが揺さぶられました。」
- ・「私はこの行為こそボランティア精神そのものと、その尊さに頭が下がり、うなっていました。」
- ・「私がここにその子の名を書いて称賛しない旨は、その子の気持ちを大事にしたいからです。」
- ・「ありがとう、ただ私はそう思うだけです。」

感謝ありがとうスキルは一生ものです。ただ単にありがたい/ありがたいと思えるようになりたいものです。

日々、人の優しさに支えられて私たちは生きている。

[エピソード] 大学受験に失敗して何もかもが嫌になっていた私に、高校の先生がくれた言葉です。感謝の気持ちが湧いてきて、逃げずに現実と向き合う勇気が湧いてきました。愛知県「ユコーネ」さん(38歳)

勇気を与えることば なかなか伝えられない日々ですが・・・