

12月17日（月）

SC による授業

本校 SC が、全校生徒を対象に、「アンガーマネジメント」について、授業を行いました。内容は、自分の感情と上手につきあい、「怒り」を上手にコントロールする方法です。生徒もさっそく、「6秒ルール（イラッとしても深呼吸して6秒間は我慢）」を試しています。

