

ほっとルーム

令和2年11月4日 No.4

甘楽中のみなさん、こんにちは。スクールカウンセラーの 柳田陽子 です。
秋も深まって、令和2年も残すところあと2か月ですね。
甘楽中の皆さんは、どんな風に毎日を過ごしていますか？

今回は、クランボルツ教授「計画的偶発性理論」という私が大好きな素敵な理論をご紹介します



計画的偶発性理論

クランボルツ教授

人生のほとんど（8割）は偶然の出来事や出会いによって決定される。
その偶然の出来事をただ待つだけでなく、自分から創り出せるように
積極的に行動したりすることで、自分の人生をよいものにしていきましょう ～という考え方です。

よりよい、好ましい「偶発性」は、次の行動特性を持っている人に起こりやすいと言われています！

- ① **好奇心** いろいろなことに興味を持とう。
- ② **持続性** 結果が出るまで、まずはやってみよう。
- ③ **柔軟性** いろいろな考え方をしてみよう。
- ④ **楽観性** 何とかなる！
- ⑤ **冒険心** ちょっと無理かもしれないけどやってみよう！

甘楽中の皆さんが

☆好奇心☆持続性☆柔軟性☆楽観性☆冒険心
をもって毎日生き生きと生活し、偶然を呼び込んでよい決定ができるように応援します！

困ったときや迷ったときは、ぜひほっとルームに来てくださいね。
保護者の皆さんも、ぜひお待ちしています。



相談可能日（2学期）

11月11日、18日、25日

12月2日、9日、16日

☆相談日は、基本的に水曜日になります。
担任の先生等に相談希望をお伝えください。
（連絡先：甘楽中学校 0274-67-0055）

☆相談時間は、10:00～16:45 になりますが、
できる限り調整します。
時間外でも遠慮なくご相談ください。

