

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。

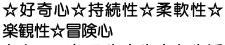
その偶然の出来事をただ待つだけでなく、自分から創り出せるように

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



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。