

SC 学活(2年生)

令和6年度

自分なりのストレス対処法について考えました。これまで大変だったことや苦しかったこと、頑張ったことなどを思い出し、他者からもサポートしてもらい、自分への思いやりの言葉をしっかり受け止めるグループワークを行いました。

