

# 11月18日(火)学校生活

## 【自分を好きになる】

「あの子に比べて…」と、誰かと比較をするから、自己肯定感が低くなり、嫌いにもなっていきます。そこで、自分の得意なこと、興味あることに取り組み、自分の強みを知ることをしていきましょう。また、一生懸命取り組んでいれば、周りも頑張っている姿を認めてくれます。すると、自分のこと、周りの人のことも好きになります。自分を好きになるために、強みに気づかせる、一生懸命な姿を認め賞賛できる環境づくりをしましょう。





