

先生たちも勉強しています！

6月21日（月）に、法政大学大学院の澤田葉月先生を講師にお迎えして、アンガー・マネージメントの研修を行いました。



考え方を変えることで、感情をコントロールできることを学びました。今後、実践していきたいと思います。