


## クリニック情報のご案内

 **ホームページ**に

は、随時クリニックの情報を掲載しています。どうぞ、ご覧下さい。

[sato-mc.com/sp/index.html](http://sato-mc.com/sp/index.html)



ホームページ

 **ツイッター**には、

院長のつぶやきを見ることが出来ます。医療の情報や生きる姿勢についても語っています。どうぞ、ご覧下さい。

ツイッターで“こころの森 精神科医 善本正樹”と検索して下さい。

## ゆるすコツ

- 1、人は不完全だとゆるす
- 2、人は未熟だとゆるす
- 3、人は不機嫌になるからとゆるす
- 4、人は相性があわない人もいるとゆるす
- 5、人との関係は学びと割り切ってゆるす
- 6、出来ないことは自分には向いていないとゆるす
- 7、頑張れないことは自分には無理だとゆるす
- 8、集中出来ないことは一旦出直してゆるす
- 9、ゆるすは、何もしないことではなく、千手の一手を使って、次の展開を生むためにある

ゆるすコツについて、ご不明な点は質問して下さい。

 **あせらず**

良かったこと

 **あわてず**

楽しかったこと

 **あきらめず**

嬉しかったこと

 **ゆっくりと**

ほめること