

カウンセラー だより

☆ 第1号 ☆ 令和3年4月 発行



宍粟市立千種中学校
スクールカウンセラー
有賀 大輔

千種中学校の皆さん、ご入学、ご進級おめでとうございます。
前年度から引き続きスクールカウンセラーとして勤務させて
いただくことになりました。



有賀 大輔（ありが だいすけ）です。

学校で皆さんのお話を聞かせてもらったり、元気な姿が見れるのを楽しみにしています。どうぞよろしくをお願いします。

中にはスクールカウンセラーを知ってくださっている人もいますが、初めて出会う人のために、少し紹介をさせていただきます。

◆スクールカウンセラーってどんな人？

スクールカウンセラーは「こころの専門家」です。風邪をひいたときに病院に行くように、皆さんが中学校生活を自分らしく、楽しく過ごせるようにお手伝いするのが仕事です。

元気が出なかったり、心にモヤモヤを感じ、相談したいと思ったらスクールカウンセラーにお話をしに来てください。いつでも待っています。

◆カウンセリングルームってどんなところ？

皆さんが心のひと休みに来る事が出来る場所です。おしゃべりしたり、リラックスしたり、気持ちを落ち着かせたり、悩み事があるときには相談にのったり、そんな場所にしたいと思います。楽しい話もちろん大大歓迎です。

◆どんなことを相談しようかな？

友達のことや、自分の生活のこと、将来のこと、異性のこと、勉強や部活についてなど、何でもかまいません。何か困っていること、悩み、心のモヤモヤがあるときに、それをお話しに来てください。一緒に考えていきましょう。

◆もしも相談したいときはどうすればいいの？

相談は予約制です。原則として1回は50分です。予約は担任の先生に申し出ていただき学校を通じて行くか、直接千種中学校までお電話ください。生徒も保護者も利用できます。ただし生徒に限り、緊急の相談の場合、直接相談したい場合は、直接カウンセリングルームに来てもらっても構いません。

保護者の皆様へ

中学校時代は、青年へ向かう段階として「こころ」も「からだ」も大きく変化し、成長する時期です。そして学校生活やその他のさまざまな経験と学びの中で、子どもたちは多感な日々を送っています。私たち大人は、豊かに生きていこうとする一人の人間として、時には壁にぶつかり、苦しいことがあってもそれを乗り越えていく力を子どもたちにつけてほしいと心から願っています。

日頃お子さんと接しておられる中で、どう理解すればよいのか迷われることや、少し心配なことなど、どうぞお気軽にご相談下さい。お待ちしております。

カウンセラーには守秘義務があります。相談したいけど他に知られたくないことも気軽にお話していただけるよう心がけています。もちろん、相談内容を学校教師や他機関と共有すべき場合には、相談者の了承のもと連携・共有することもできます。“身近なこころの専門家”として、子どもたちが大人になっていくために出来ることは何なのかを、保護者の皆様と一緒に考えていきたいと思っています。

スクールカウンセラーの来校日



原則木曜日（※ 来校していない週もあります）

午前10時 ～ 午後5時まで（最終の相談は午後4時～）

※ 来校時間の変更があればお知らせします。

予約の受付は、千種中学校にお電話いただくか、担任の先生までお願いします。

中央市立千種中学校（TEL:0790-76-2003）

※ 今年度は来校日が木曜日に変わりました。