

相談室だより



○新入生の皆さま ご入学おめでとうございます

「心の相談室」のスクールカウンセラー（SC）の河原剛かわはらつよしです。

専門は臨床心理学です。特に、気分の落ち込みを感じている人や人前などの対人場面で極端に不安になってしまう社交不安を持っている人のカウンセリングをしてきました。

○スクールカウンセラーって？

みなさんが、困っていることや悩んでいること等のお話を聴いて、うまくいく方法を一緒に考えていきます。また、なんかもやもやするけど、うまく言葉にできないというときや、ちょっと話を聞いてほしいなというときも、気軽に心の相談室に来てください。みなさんが元気で楽しく毎日を過ごせるようにお手伝いしたいなと思っています。

○心の相談室の使い方

相談は予約制になっています。

「スクールカウンセラーに会いたいな」、「お話を聞いてもらいたいな」と思った人は、教頭先生か、担任の先生にお願いして、予約を入れてもらってください。

○相談できる日

下記日程で来校します。1回の相談45分間となります。

時間：10:30～11:15／13:30～14:15／14:30～15:15／15:30～16:15

- 4月27日（木）
- 5月9日（火）、25日（木）
- 6月1日（木）、8日（木）、15日（木）



○保護者のみなさまへ

生徒の皆さんからの相談はもちろん、保護者の皆様からのご相談もお受けいたします。中学校時代は大人へと成長する過渡期でもあり、お子様の行動や学習、人間関係など不安に感じられることがあるかもしれません。何か気になること、悩まれていることについて、一緒に解決方法を考える身近な存在としてスクールカウンセラーをご活用いただければ幸いです。