

スクールカウンセラーだより 4月号

はじめまして！

みなさんこんにちは！今年度からスクールカウンセラーとして石切中学校に来ることになりました寺本祥志(てらもとしょうじ)といます。今年度の学校生活がスタートしましたが、まずはみなさんの中学校生活が楽しいものになることを祈っています。

私は昨年度まで5年間は隣の校区の孔舎衛(くさか)中学校で働いていました。隣から移ってきた形になりますが、近くても学校の雰囲気はずいぶん違うんだなあと感じています。みなさんがとても元気よく過ごしている姿を見て、私も元気をもらえる気がしてうれしいです！



カウンセリングって？

学校生活は楽しいことも多いです。みなさんにはぜひ充実した時間を過ごしてほしいと思っています。一方で、中学生の3年間というのは変化も多いですし、うまくいかない場面もどうしても出てくるかと思えます。そうしたときに、みなさんにとって頼りになる、助けてくれる人は誰でしょうか？家族、先生、友だちなど、それぞれの場合にいろんな人がみなさんを助けてくれると思います。

ただ、場合によっては誰に頼っていいかわからない、誰にも助けてもらえないと感じる場面もあるかもしれません。例えば、いつも友だちに相談する人が友だちとの関係で悩んでいるときには困ってしまいますよね。そんなときはスクールカウンセラーに相談してみてください。スクールカウンセラーは“こころの専門家”として、みなさんの悩みを一緒に抱えて、解決を目指します。

カウンセリングのある日

スクールカウンセラーは毎週木曜日、12時～18時(最終スタートは17時～)に学校にいて、みなさんの相談を待っています。どんな相談でも構いませんので、何か困ったこと、気になっていることなどがあればお気軽に相談に来てくださいね。先生に「カウンセリングを受けたいです」と言ってもらえれば予約を取ってもらえます。予約をもらえたら「心の教室」でお待ちしていますね。

