岩城中学校

スクールカウンセラーだより （NO.1）

2025年４月発行

スクールカウンセラー

～ 岩城中のみなさん、こんにちは ～

昨年に続き、岩城中でスクールカウンセラーをさせていただくことになりました、＊＊＊＊といいます。１年間どうぞよろしくお願いします。

スクールカウンセラーって？

◆**これまで気づけていなかったような解決を一緒に探したり、自分はどんな人か、どうしたいのかなどを一緒に考えたりする人**です。一緒になって考えたり、気持ちを整理したりすることで、みなさんが少しでも暮らしやすくなるためのお手伝いをしています。

◆話を聞いてほしい、悩みを解決したい、というときだけでなく、「何だか分からないけれどスッキリしない、モヤモヤする」「妙にイライラする」という時にも、**お話しながら心のエネルギー充電をする場所**です。

◆生徒に限らず、保護者の方だけでも大丈夫です。

◆お話したことを、勝手に他の人に話すことはありません。面接の最後に、伝えていいこと・やめてほしいことを確認する時間を作っているので安心してください。

みなさんは、どのようなことをしながら気分転換やエネルギーの充電をしてきているでしょうか？また、しんどい時に、どのように過ごしてきていますか？そこに、その人らしさや持っている強みがあるはずです。
お話しながら、一緒に探してみませんか。

＜夏休みまでの勤務日＞ ※時間は 13:00～17:00 です

5月15日(木)、5月29日(木)、6月12日(木)、6月26日(木)、7月17日(木)

お話してみようかなと思った時は、教頭先生か担当の先生に連絡をしてください。