

こころ...個々路...



万葉中学校

令和3年9月29日

スクールカウンセラーって何をする人なの？

学校にスクールカウンセラー（SC）が配置されるようになって今年で25年。福井県の中学校ではSCは全校に配置されています。しかし週に1日程度しか勤務していないため、私にまだ一度も会っていない人もいるかもしれませんね。



私が万葉中学校に勤務して半年がたちました。今更ですが、私が万葉中学校でどのように活動していきたいかお話したいと思います。

SCは「悩みを聞く人」・・・そう思っている人は多いかもしれません。正解!!ではありませんが、私は「本音を打ち明けられる人」と思ってもらいたいです。でも、そう言うと「知らない人に本音なんて言えない」と思う人もいるでしょうね。そこが今の私の悩み。「どうしたらみんなは本音で語ってくれるんだろう」って思っています。

SCは「こころの専門家」です。臨床心理士の資格を持っています。心を健康にする仕事です。

思春期まっただ中のみなさんは、なんとなくすっきりしない気持ちの人もいるかもしれません。「なぜだかわからないけど、イライラする」「理由はわからないけど、気分がすっきりしない」。これらの症状は今のみなさんには普通のことなのです。

「家族は、自分のことをわかってくれない」「いつも勉強のことしか言わない」・・・私には2人子どもがいるので、みなさんの気持ちは理解できます。

こんなふうに、身近に話をする相手の一人としてSCがいます。気軽に声をかけてください。ゆっくりと話をしましょう。そしてしぼんだ心は膨らませ前に進みましょう。



どうすれば話ができるでのかな？

勤務日はこのお便りでお知らせします。昼休みなどは相談室にいます。長めに時間をとって話を聞いて欲しい場合は、担任の先生や保健室の橋本先生、相談担当の谷口先生を通してちょっと勇気がいるかも知れませんが「カウンセラーと話したい。」とってください。友だちと一緒にでもかまいません。私を見かけたとき直接申し込んでもOKです。「言葉で表現するのは難しい」って思っている人は、手紙でもかまいません。

保護者の相談もお受けします

日常の中でふと考えられたこと、迷われたこと、心配に思われたことなど、どんな内容でも結構です。予め、ご希望の日時を担任の先生ほか、伝えやすい先生を通して予約していただければ、左記以外でも日程を調整させていただきます。ご相談お待ちしております。

スクールカウンセラー 堀 昌子

スクールカウンセラー来校日
(9月・10月)



9月30日(木) 10時~17時
10月7日(木) 10時~17時
14日(木) 10時~17時
20日(水) 10時~13時
22日(金) 14時~17時
28日(木) 10時~17時

