



スクールカウンセラーによる カウンセリングのご案内

スクールカウンセラーとは

さまざまな悩みや不安を抱える生徒や保護者の皆さんを支援するために学校に配置された、カウンセリング(相談)などの心理的な支援を専門に行う人です。本校のスクールカウンセラーは、昨年度に引き続き 齋藤 光男(さいとう みつお)カウンセラーが担当いたします。

スクールカウンセラーの役割

学校に行けない・行きづらい(不登校等)、友人関係(付き合い方、いじめ等)、親子関係など幅広く相談(カウンセリング)を受け付けています。お話は基本的に学校でお聴きします。話された内容等のプライバシーには十分配慮し、守秘されます。

- ① 生徒の皆さんからの相談にのり、解決の方法や元気になれる方法を一緒に考えます。
- ② 子どもへの対応等に悩みや不安を抱えておられる保護者と共に話し合い、解決の糸口を探ります。よりよい解決のために、必要に応じて先生方と連携して対応をすることもあります。
- ③ 相談の内容やご希望によっては、より適切な機関にご紹介することもあります。

スクールカウンセラーの来校日

月1~2回の頻度で勤務します。詳しくは、年間の予定をご覧ください。1回の相談時間は、50分程です。ゆとりをもってお話を聴けるように、基本的に予約制です。

相談の申し込み方法

生徒本人、保護者等が、学級担任の先生、もしくは保健室の先生に申し込んでください。日程の調整をして、予約日と時間をご連絡します。



皆さんへメッセージ

「カウンセリング」と聞くと、「話したところでどうなるのだろう?」と不安に思ったり、「相談するほどのことでもないかも…」とちゅうちょしたりはしませんか?

カウンセリングでは、ゆっくりお話を聴かせてもらう中で「さあ、これからどうするか」が見えてきたり、元気が出てきたり、そんな時間になるようにお手伝いをしてくれます。

はじめから悩みを全部話せなくても、上手に話せなくてもかまいません。まずはあなたが話したいと思うことだけ、あなたの言葉で話してくれたら十分です。一緒に考えていきましょう。

体も心も大きく成長する時期を迎え、いろいろな表情や姿を見せるお子さまを家庭で見守る保護者の皆さまのご相談も受け付けています。

どんなことでもお気軽に声をおかけください。

スクールカウンセラーの来校予定日



5月	17日(金)	31日(金)
6月	7日(金)	21日(金)
7月	19日(金)	
9月	6日(金)	
10月	4日(金)	25日(金)
11月	8日(金)	29日(金)
12月	13日(金)	24日(火)
1月	17日(金)	31日(金)
2月	14日(金)	28日(金)
3月	7日(金)	

○ 時間 午前 9:45~12:40(授業時間に合わせます)

午後 13:40~15:30 //

○ 場所 ボランティアルーム

※ 都合により、場所・日程等が変更になる場合があります。

上田市立第五中学校
担当 養護教諭 新海 愛子
TEL 22-3076