

## スクールカウンセラー通信 第2号

いよいよ2学期が始まりました。来週からは体育大会の練習が本格的に始まり、忙しい毎日が続きますが、心も身体も元気に過ごせるといいですね。

私は、みなさんが学校や家などで困ったことや悲しいこと、上手くいかないことがある場合等に悩みを聴いたり、どうすればよいかを一緒に考えたりするために、2学期も毎週火曜日に相談室に来ています。

友達とうまくいかなかったり、学校に来ることをつらく感じたり、みんなの前で言いたいことが言えなかったり、誰にも自分のことが分かってもらえないと感じたり、いつも怒られて悲しくなったり、いけないことだと分かっているけれどつい悪いことをしてしまったり、授業中にイライラしてしまったり、頭がボーっとしてしまったり、授業の内容が分からず困ってしまったり…誰にでもいろいろな苦しみや悩みがあると思います。

私の専門は「心」です。傷ついたり悩んだり不安になったりした時、友だちや家族、先生に話しにくい悩みがある時、そんな時には、気軽に声をかけてください。少しでもいい方向に進んでいけるよう一緒に考えていきたいと思っています。どんな些細なことでも構いませんのでいろいろなお話を聴かせてくださいね。

相談の申し込みは担任の先生か、相談室の先生までお願いします。



スクールカウンセラー

公認心理師 臨床心理士

**毎週火曜日の2限～5限に相談室にきています**

## \*保護者の方へ\*

ご家庭や学校でのお子さんのご様子や発達についての心配事などで相談を希望される場合は、お気軽に担任の先生か直接相談室までご連絡ください。プライバシーは厳守致します。

魚津市立西部中学校

相談室直通電話:22-0633