

## カウンセラーの利用について

毎日の生活の中で、困っていることや心配なこと、不安に思うことはありませんか。具体的には、次のようなことです。

- \* 友だちとの関わりが苦手。
- \* 自分のことを分かってほしい。
- \* 将来の自分をイメージしたい。
- \* 家で困ったことがある。
- \* 勉強が難しい。
- \* 自分の力を発揮するコツが知りたい。

友だちや家の人と話してスッキリしたり、先生と話して解決したりすることもあります。しかし、身近な関係だからこそ話せないことや言い出しにくいこともあるかもしれません。

そんな時は一人で考え込まずに、スクールカウンセラーに相談をしてください。

皆さんの話をじっくりと聴いたり、一緒に考えたりして、成長のお手伝いをします。スクールソーシャルワーカーやスクールポリスが対応することもできます。

## カウンセリングの申し込み方法

相談の申し込み方法は、3つあります。

方法1	<u>先生を通じて予約</u> 担任などの先生に希望を伝える ⇒先生が子ども応援委員会に連絡する ⇒面接日時を先生から受け取る
方法2	<u>相談ポストを利用して予約</u> 職員室前の廊下に置いてある「相談申し込み」を書く ⇒「申し込み」を相談ポストに入れる ⇒担任の先生から面接の日時を受け取る ※子ども応援委員会の職員から直接、渡すこともできます。
方法3	<u>相談受け付けに電話して予約</u> ※毎年、学校で配付するカードやリーフレットに記載。

申し込む方法など、分からないことがあったら、気軽に先生や子ども応援委員会の職員に声をかけてください。