

相談室だより

練馬区立中村中学校 教育相談室
平成 30 年 6 月 7 日



☺☺☺ 相談室(そうだんしつ)はこんな所です ☺☺☺

梅雨の季節となりました

昨日から関東地方は梅雨に入りました。じめじめした雨が続きと憂鬱にもなりますが、恵みの雨という言葉もあるように田んぼや畑には雨が必要ですし、厚い雲は強い紫外線をさえぎってくれます。



♡♡こころ学ミニ知識♡♡ ～相談するというスキル～

スクールカウンセラーによる 1 年生全員の面接をグループごとに実施しています。そのときに、相談したい時にどうしたら良いかという説明をしています。

何かを誰かに相談したい時って誰でもあります。友達と出かける時に着ていく服をどうしようとか、今度の定期試験の勉強をどうすればいいとか、相談内容は軽いものからちょっと深刻なものまで色々でしょう。

私はスクールカウンセラーなので、相談を受けるのが仕事です。ですから相談を受けるスキル(技術)を学び続けなければと思っています。それは当たり前のことです。では逆に、相談する人は何かのスキル(技術)がいるのでしょうか？実は、相談をするにはソーシャルスキル(社会的スキル)という技術が必要なのです。人にあいさつしたり、だれかに道を聞くのもソーシャルスキルです。何気なくやっていることも、小さな子どもの頃から自然とソーシャルスキルを学んで習得したものだったのです。相談することもスキル(技術)ですから、誰でも練習すれば上手になりますよ。

- どこにあるの? ⇒ 1階、東昇降口の前のお部屋です。
 - いつ相談できるの? ⇒ 下に書いてある、相談日に相談できます。
 - 何をするとところ? ⇒ 学校や家で困ったことが起きたときに、相談員にじっくり話を聞いてもらったり、どうすればいいか一緒に考えてもらえます。
- * 1 年生はスクールカウンセラーとの全員面接を相談室で行っています。色々忙しいとは思いますが、グループごとに昼休みと放課後の予定された時間に集まってください。

////////☆★☆☆////////☆★☆☆////////☆★☆☆////////

6 月の相談日

矢倉 SC : 7(木)、14(木)、18(月)、28(木)

山内心のふれあい相談員 : 8(金)、12(火)、13(水)、15(金)、
19(火)、26(火)、27(水)、29(金)

※変更になる場合があります

火・金曜日: 9:00~14:00

水曜日: 9:00~12:30

木曜日: 8:30~16:45

保護者の方の相談もお受けしております。ご相談は、事前の予約が必要です。学校にご連絡いただくか、専用携帯電話に直接お電話ください。来室いただくのが難しい場合は、電話でのご相談も受け付けております。相談日以外の日には代表 TEL までお願いします。

相談室専用携帯 TEL 080-2024-8893

中村中学校代表 TEL 03-3990-4436