

教育相談のお知らせ

本校では、平成11年からスクールカウンセラーをお迎えし、教育相談活動を行っています。中筋さんは、府の教育センターや高校などでカウンセラーとして活躍されており、豊富な経験をお持ちです。何か相談したいことがあれば、気軽に相談に来てみてください。

なかすじ ゆうこ

《スクールカウンセラー 中筋 裕子さんからのメッセージ》

生徒の皆さんへ

こんにちは。スクールカウンセラーの中筋です。今年もよろしくお願ひします。皆さんは、悩みがある時にどうしていますか。誰かに相談することはありますか？自分の中で解決しようと努力しますか？どうしようもなく悶々とし続けるのでしょうか。カウンセリングに訪れる人たちがよく口にするのは、「(友達に) 重たいと思われたくない」「(親に) 心配かけられない」という言葉です。それぞれ色々な思いを内に抱えながら、普段は笑顔でふるまっていたりするのですよね。皆さん、悩みがあるということに、ネガティブなイメージがある人が多いのではないのでしょうか。確かに、悩んでいるよりいつもハッピーでいる方が、健康的で良いように思えるかもしれません。でも、悩むことそのものは、人間の成長に案外必要なことではないかと私は考えます。悩むことでついて来る力があります。悩みに持ちこたえられるようになる力、悩みを解決しようとする力…それらは深みのある人間になっていくために大事なことです。

何か悩みがある人は、まずそんな自分を肯定的な目で見てあげて下さいね。そこからどうしていけばよいか考えて行けたら…と思うのです。カウンセラーはささやかながら、そのお手伝いをしています。カウンセリングも、自分の「悩み力」をつけるためのツールの1つとして、リストアップしておいてもらえたらと思います。

保護者の皆さんへ

今年度もよろしくお願ひいたします。新1年生の保護者の方はもちろん、2年生・3年生の保護者の方も、新年度が始まり、我が子が新たな環境の中でうまくやっているか、またはどう変化していくか…等、不安や期待の入り混じった気持ちで見守られていることかとお察しいたします。

北野高校は、学習面だけでなく、行事や部活、進路関連のイベントなど、様々な活動が盛んで、多様な体験の中から子ども達が学び、吸収してゆくことの豊かさは本当に得難いものだと思います。ただ、真面目なお子さんや向上心が高く、積極的なお子さんほど、気持ちが先行して体が着いていかない、頑張りすぎて気持ちが空回りしてしまう…など、気持ちと体のバランスがうまく取れなくなるということが起きやすいということもあります。

高校生という年代は、大きな成長や変化を遂げ、大人になってゆく時期にありつつも、まだまだ護りが必要な時期にあります。親御さんが、具体的にできることは少なくなってきていますが、どういった心持で見守り、声をかけるか…そこに子ども達はとても敏感なのではないかと感じております。

巷には様々な情報があふれ、インターネットで検索すれば色々な知識があふれていますが、目の前のお子さんは他のどんなお子さんとも違う、唯一無二の存在です。そのようなお子さんとどう向き合うかについての答えは誰が知っているのでしょうか？カウンセラーとして、毎年、似たような症状や行動でSOSを出しているお子さんに出会いますが、背景や解決の方向性が同じパターンに当てはまらなかったことはありません。一人ひとり違う、大切なお子さんについて、ぜひ一緒に考えさせて下さいね。「このくらいで」と思わず、気軽なお気持ちで話しに来ていただければ幸いです。

《4月と5月の予定》

1. 日 時

なかすじ ゆうこ

スクールカウンセラー 中筋 裕子さんの来校日

4月：16日（火）、23日（火）

5月：7日（火）、14日（火）、21日（火）、28日（火）

10：50～11：40（授業中）……保護者からのご相談

11：50～12：30（昼休み）……生徒本人、又は保護者からのご相談

13：10～14：55（授業中）……保護者からのご相談

15：05～16：30（放課後）……生徒本人、又は保護者からのご相談



※ 原則として1回の面談時間は、授業中は50分、昼休み・放課後は40分とします。

2. 場 所 生徒相談室（本館1階）

（生徒相談室前の階段下左手に待合場所があります）

3. 相談申し込み方法（次のうちいずれかで）

○直接相談室へ行って、中筋さんに話す。

○保健室前の相談予約カードに記入し、予約カード用ポストに入れる。

○保健室の先生を通じて申し込む。

*保護者の方は、事前に電話でお問い合わせ下さい。（06-6303-5661 北野高等学校 保健室）

《相談予約カード見本》 保健室入り口に置いてあります。

相談予約カード

予約カード記入日（ ）月（ ）日

あなたへの連絡方法は？

★ 希望するところに○を付けてください。

・担任の先生を通じて連絡してほしい

・保健室を通じて連絡してほしい

・その他（ ）

この相談に関して気をつけてほしいことがあれば書いてください。

（ ）年（ ）組 氏名（ ）

* 相談の日時が決まり次第、あなたに連絡します。

* 相談の内容を他人に話したり、漏らしたりすることはありません。