

田辺中学校の生徒の皆さんへ



令和3(2021)年12月
大阪市立田辺中学校スクールカウンセラー
臨床心理士 公認心理師 殿谷仁志



Happy holidays!!

スクールカウンセラーの殿谷仁志(とのたにひとし)です。

2学期も、のこりわずかになってきましたね。体調はいかがですか？

大人は、カウンセラーと出会う時、
話することで、気持ちが落ち着いたり、
困っていることの整理がでて、やるべきことを見つけたりと
問題を解決していくことが多いものです。
不機嫌だった人も、笑顔がふえていきます。

ところが、子ども達は(中学生もそうです)
しっかりと話そうとすると、笑顔が少なくなることが多いものです。

カウンセラーは、皆さんに、やる気になって、
困っていることを解決できるようにお手伝いする人です。
そこで、子ども達と出会う時は、大人とちがう出会い方の工夫をします。
あなたの好きなことや面白いなあと思っていることを話したり、
トランプなどの遊び道具で勝負をしたり、絵をゆったりと描いたり、
いろいろな活動ができるよう準備をしています。
やる気を高めたり、できそうなことを発見したり
あなたが笑顔になって、困ったことに向き合える力になることをしていきます。



注) ゲーム機はありません。イラストはイメージです。



悩みがあって、どうしたらいいのか分からない時、スクールカウンセラーを思い出してください。

何かあれば声をかけてくださいね。予約制なので話をしたい人は、直接カウンセラーに声をかけるか、事前に担任の先生に言って、申し込みをしてください。電話で学校に連絡して予約を申し込むことも可能です。お話しする時間が決まりましたら、カウンセリングルームであなたをお待ちします。
※<相談中>の札が扉にかかっている時は、また後で来てください。あなたとお話しできることを楽しみにしています。