

スクールカウンセラーだより

スクールカウンセリングのご案内

令和5(2023)年 4月

長岡市立長岡第二中学校

臨床心理士・公認心理師

スクールカウンセラー 三浦 潤子

2, 3年生のみなさん、進級おめでとうございます！

1年生のみなさん、入学おめでとうございます！

新しい学校、新しい学年・クラスの中で、少し緊張しながらも、少しずつ慣れてきたころでしょうか。体力的にも、気持ちの上でも、疲れが出てくるころかもしれませんね。

スクールカウンセラーは、週に一度(水曜日)学校にいます。どうぞよろしくお願いします。気軽に声をかけてください。

カウンセリングって？



悩んでいること、心配なこと、迷っていること、何だか元気が出ない、もやもやする、何か不安。誰にでもこんなことがあると思います。誰かに話すだけでもすっきりしたり、自分では気づかなかった気持ちが見えてくることもあります。

スクールカウンセラーは、心のサポーターです。困ったり悩んだりした時、自分自身を振り返り、今の状況を見つめていけるよう、一緒に悩み考えながら、応援していきたいと思っています。気軽にスクールカウンセリングを利用してください。

利用の方法は？



○原則として予約が必要です。みなさんのお話をゆっくり聴きたいからです。

○担任の先生をはじめ、東先生、教頭先生、林先生など学校を通じて、日にち・時間を予約してください。

カウンセラーに直接でもOKです。

開室日と場所

○日時:水曜日 10:00～17:00 原則として、生徒のみなさんは、昼休みと放課後

○場所:カウンセリングルーム(1階)



【保護者の皆さま方へ】

お子様のことについて、保護者の皆さまのご相談も承っております。学校生活に関すること、子育てに関すること等、ご心配に思われることや気になることがありましたら、ちょっとしたことでも、どうぞお気軽にお越しください。

お子様たちの大切な学校生活を、保護者の皆さまや先生方と共に支えていくことができればと思っています。相談内容につきましては、プライバシーを十分配慮致します。申し込み方法については上記と同じです。

どうぞよろしくお願いします。

Tel 075 - 954 - 5330

長岡第二中学校