

スクールカウンセラーだよ！

平成22年4月

松江南高校の皆さん、保護者の皆様

新学期が始まりましたが、いかがですか？南高のスクールカウンセラーを担当する深石優子と申します。南高でのカウンセリングは今年度で3年目を迎えました。引き続きよろしくお願いたします。普段は医療機関で臨床心理士として勤務しており、南高へは月に1～3回来校する予定にしています。

相談室では皆さんの抱える課題について一緒に考え、より健康的に、充実した生活が送れるようにお手伝いしたいと思っています。課題に直面した時にそれをどうやって解決するかは人によって様々です。友達や先生、家族など周りの人に相談する人、1人でじっくり考えて解決策を見出す人、そして遊んだらなせか忘れていた人など…。でも色々やってみてもやはり出口が見つからなかったり、辛い状態が続いている場合は是非相談室を利用していただければと思います。

*****相談室ってどんなところ？*****

- ・対人関係がうまくいかない
- ・自分が学校に行きたがらない
- ・自分自身についてもっと知りたい
- ・どう接しているのかわからない
- ・どこに相談したらいいのか分からない
- ・なんとなく不安…

..などなど、どんな相談でもOKです。

もちろん秘密は厳守します。

○ 相談をしたい時は、担任の先生あるいは保健室まで問い合わせてください。

毎月の予定は保健室前の掲示板をご覧ください。

5月は6日(木)、20日(木)の予定です。