

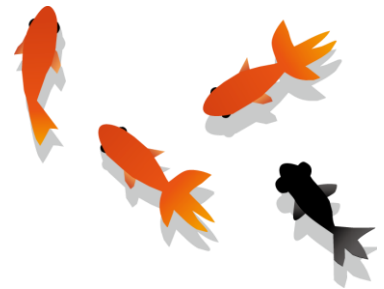
教育相談だより



期末テストが終わり、夏休みも目の前ですね。1学期はどうだったでしょうか。毎日、課題や部活に追われ慌ただしく過ぎていった人も多かったでしょう。いろいろな人間関係に悩んだりすることもあったかもしれません。誰にでも心が疲れてしまうことはあります。全く悩みのないの方が実は少なく、いつも楽しそうなあの子が重い悩みを抱えてい

たりします。自分だけとは思わずに悩んだときは相談して下さい。話すだけでも悩みは軽くなります。

いよいよ夏休み！でも、夏休み中にも課題がたくさん出ていますね。さっさとやってしまうのが正解です。夏休み明けには実力テストがありますので最後は課題をやる暇がないかもしれません。勉強も大切ですが休み中は普段、時間がなくてできないことをぜひやって下さい。気分転換をしっかりして、高校生活の楽しい思い出をたくさん作っておきましょう。夏休み明け、一回り大きくなった元気な姿のみんなに再会できることを楽しみにしています。



コミュニケーションは難しい。

同じものを見ても、同じ事を体験しても、捉え方は人それぞれだ。自分と同じとは限らない。

コミュニケーションの基本は、相手の『違い』を受け止めることです。

『違い』が大きいからといって、相手を笑うのは幼児のすることです。正面から受け止めるには、覚悟が必要で、皆さんはそれが出来る年頃になりました。

悩んでいること、落ち込んでいることは、自分には嫌いなことだけど、他の人から見れば、案外ステキなことかもしれません。解決なんて絶望的と思えることにも、裏技はあります。

コミュニケーションをとることで、分かるようになったらいいですね。まずは、自分の思うことを優しい言葉で伝えてみましょう！

あせらないで、相手の話をよく聞きましょう！

ひとりで悩まないで

ちょっとした心配なこと

困っていること

不安や悩み

腹の立つこと

ちょっとした話がしたいことはありませんか？

悩み・・・自分ひとりで解決できる？
友達などに相談できる？

それが、とっても苦手な人は、気軽に相談してみてください。

待ってます♪



保護者の皆様へ

臨床心理士

城田 陽子 先生

8月の来校予定 8月29日(木)

9月の来校予定

5日(木) 12日(木) 19日(木) 26日(木)

スクールカウンセリングをご希望の際には、下記の申込み用紙を提出されるか、保健室の馬場先生まで直接ご連絡ください。年間を通していつでも受け付けています。

----- キ リ ト リ -----

スクールカウンセリング希望用紙

希望日 _____ 希望時間 _____

年 組 番 生徒氏名 _____

保護者氏名 _____