

スクールカウンセラー便り

令和8年5月号

GWが終わり、気持ちの良い季節がやってきました。

初めまして！今年度から湯川中学校にお伺いするスクールカウンセラーの西田真沙子といたします。

このイラストは以前生徒さんが描いてくれたお気に入りです。一年間どうぞよろしくお願いいたします。

＜夏季休業前までの勤務予定 金曜日 13時から＞

5月22日、6月5日と19日、7月3日と17日



スクールカウンセラーは、

「学校のこと、校内外のお友達のこと、おうちのこと、その他いろいろなこと」のお話を伺います。保護者の皆様もどうぞ些細なことでもお気軽にお話しにいらしてください。

最近「相談よりも雑談が大事」とあるお医者さんが仰っているほどと思いました。

現代は「コスパ感覚」が時間にも浸透してきたように感じますが、生身の私たちの気持ちや願いは「タイパ」では割り切れない部分があると考えています。そしてAIがカウンセリング対応しますという時代ですが、ここで忘れてはならないのは「個性性」です。AIは収集した膨大な情報から、聞かれたことに対する最適な答えを導くかもしれませんが、ここはうつろうもの、その時々で変わっていくはずです。雑談のようにいろいろな方向から会話をかさねていくなかで、気持ちがすっきりし、自分なりの答えを自らに折り合いをつけて見つけられることがあります。安全な空間でお話をしながら、ひと・もの・こと、がよい方向に向かうように方策を一緒に考えていきたいと思えます。

お話する時間は50分前後です。時間帯も含めて申し込み時に担当の先生に調整していただいています。また、1回だけではなく継続利用もご遠慮なく申し込んでください。



学校には19回伺います。チーム湯川中学校の一員として、生徒の皆さんと保護者様が持てる力を発揮していけるお手伝いをしていきたいと考えています。

❀ 中学校生活は「あっという間」に過ぎたけど〇〇だった ❀

私は3つの高校で教諭として働いていたのですが、よく高校生がこのように言っていました。

中学生は大きく生活が変わり、学校や地域のなかでもいろいろな仲間との行動が増えていきます。この時に「友達と仲間」をしっかりと分けて考えて、自分にとって意義ある仲間との活動ができることが生涯にわたるウェルビーイングにつながりそうです。