

醍醐中学校 スクールカウンセラー 利用のしおり



どんなに小さなことでもかまいません
ひとりで抱え込まずに話してみませんか
さまざまなことを一緒に考えていきます

中学校生活での出会いの一つに
スクールカウンセラーも加えて
もらえればと思います
そこから何かが変わるかもしれません



スクールカウンセラー

カウンセリングルームの場所 南校舎2階 タイム

體育室	ト イ レ	タイム (カウンセリング) 室	進路 室	社數英 教材室	相談室	體育 段	美術 室	南校舎 2階

スクールカウンセラーには
さまざまな相談をすることができます

たとえば・・・

*学校生活・日常での困りごとや不安
勉強のこと
人間関係のこと
将来のこと

*心身の不調

眠れない、食べられない、
気分の落ち込み、浮き沈みがあるなど

そのほか、こんな場合にも

*現在の生活をいっそう充実させたい
*自分らしさについて考えてみたい
*自分の性格や人間関係の持ち方について
理解を深めたい
*自分にあった進路やこれから生き方
について相談したい

Q 開室日はいつですか？

A 原則として、毎週月曜日です。
時間は9時から17時ですが、
遅い時間が希望の時はご相談ください。

Q 相談したいときは手続きが必要ですか？

A 担任の先生、養護の先生などに伝えて
予約を取ってもらってください。直接、
相談室のカウンセラーに伝えてもらって
も構いません。
生徒さんの予約は原則として授業時間以
外でお取りすることになります。

Q 相談（面接）時間はどれくらいですか？

A 原則として50分間とっています。
場合によっては単発でなく、継続して
お話ししていくこともあります。

Q 相談は一人で行かないといけませんか？

A まずは友達やご家族、先生などと一緒に
も構いません。相談内容をお聴きした上
で、その後の進め方を考えましょう。

**Q 話したことが他の人に知られることは
ないですか？**

A カウンセラーには守秘義務があり、相談
内容について、ご本人の知らないところで
他の人（先生方や保護者も含まれます）
に伝えることはありません。
※ただし、相談者自身や他人になんらかの
危険が生じる可能性が高いと判断した場
合は、ご本人と話し合った上で、他の人に
伝えることもあります。

Q 対象外の相談はありますか？

A どんな相談でも、まずは詳しくお話を
お聴きします。相談する前に「こんな相
談は場違いかな」「相談するレベルでは
ないかな」と心配せずに訪ねてみて
ください。
「どこに相談していいか分からない」と
いうような困りごとも、どこの誰に相談
するのがベストなのかと一緒に考えて
いくことができます。

**Q 人に頼らず自分で解決したいという気
持ちが強いのですが**

A カウンセリングは、自分で解決ができる
ように、カウンセラーが伴走して一緒に
考える場所です。

カウンセラーは、ご本人に代わって問
題を解決することができるわけではな
く、一発で問題が解決するような秘策を
知っているわけでもありません。

お話を丁寧に聴きつつ、相談する人が
心の内にある思いを整理し、自分に合っ
た解決の道筋を発見していくよう
にお手伝いします。

問題を解決したり、変化を起こしたり
するのは、相談する人自身なのです。

生徒さんだけでなく、保護者の方もご相
談にいらしていただけます。

他にもご質問があれば、ぜひ学校まで
お問い合わせください。