

スクールカウンセラー便り

呉市立蒲刈中学校

第8号 令和2年 12月3日

スクールカウンセラー 前川 拓

〈よい冬休みをすごしましょう〉

12月になり、もうすぐ2学期も終わろうとしています。今年は全く予期しなかった新型コロナウイルスの影響により生活も大きく変わりいろいろな所に影響が出ました。皆さんも大きなストレスを受けられた事と思います。今年は行事らしい行事もなく勉強に明け暮れた日々だったと思いますが、皆さんにとっての2学期はいかがだったでしょうか。もうすぐ冬休みです。体調に気を付けて楽しい冬休みを送ってください。



岐阜県 白川郷

〈カウンセリングが継続する時って?その1〉

カウンセリングが継続する時はお話に来られた方が「次回も来よう」と思われた時です。他にはお話を伺う側から次回来られますかとお聞きすることがあります。カウンセリングはその人のペースに合わせて進むものですから、回数を重ねながら少しずつ進んでいくことが大切なことだと思います。また、お互いが対等な立場でお話の内容を共同で考えていく場ですから、一回ですむ場合もあれば何回かにわたってお見えになることが必要な場合もあるでしょう。特に深刻な事であればあるほど根は深く、継続してお見えになった方がいいなと思うことがあります。長引く出来事がある場合、人は日々思いを抱えながら生きている存在なので、思いはたま一方です。また、思考や感情の混乱から物事が見えにくくなっている場合があります。続けて来てもらうことが一番ですが、たとえ間が空いても来て頂くことは大切です。経過を知ることで面談は継続していきます。人間は心と体の両方を併せ持つ存在です。誰しも体の事は気を遣います。体の事を気遣うように、たまにはご自分の気持ちや思いも大切にしてください。共に考え、気持ちを整理し、それが状況の改善や自己成長につながる、そんなお手伝いが出来ればと思います。



キャリコ キャリコ琉金といいます。キャリコとはまだら模様という意味です。赤、黒、青、白に光を反射する透明鱗が入っています。キャリコ模様では同じものが2匹といません。あなたのアバンギャルドな感性をこのキャリコはきっと満足させてくれることでしょう。