



カウンセリングルームとは？ どのようなところでしょうか



カウンセリングルームでは、さまざまなこころの悩みや問題について、スクールカウンセラーと話し合うことができます。学校生活にまつわる問題、対人関係について、心身の悩み、人生・生き方に関して などなど。

みなさんが豊かで充実した学校生活を送られるよう、応援します。



どんなことで相談できますか？

たとえば、こころの健康や悩み（気分が落ち込む、わけもなく涙が出る）や、対人関係（友達ができない、トラブルになった）、学校生活のこと（勉強の仕方が分からない）など、どんなことでも相談できます。カウンセリングルームは特別な方だけを対象としているのではなく、生徒のみなさん全員をサポートしています。



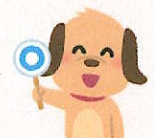
相談はどのくらいかかるのでしょうか？

一回のカウンセリングは50分が目安です。相談の内容によって一回で終わることもあれば、数回かかることもあります。相談を継続される場合は、週一回、二週に一回など、ご自身のスケジュールに合わせてペースを設定できます。



どんな人が相談にのっていますか？

心理臨床の専門家である、臨床心理士・公認心理師の資格を持つカウンセラーが対応しています。「カウンセラーがどんな人物か、確かめにきた」という理由で来ていただいてもオッケーです。



相談内容によっては、医療機関・市町村との連携や、より適切と思われる機関への紹介も行っています。なお、ご相談内容について、秘密は固く守られます。