

# 教育相談だより（5月）

鳥栖市立鳥栖中学校  
令和5年5月8日

5月 カウンセリング予定

9日（火） 16日（火） 23（火） 30日（火）

スクールカウンセラー  
高先生より

こんにちは、スクールカウンセラーの高です。新しい学期が始まって少し経ちますがみなさんいかがお過ごしでしょうか？私のほうはようやく花粉症の恐怖から解放されて、洗濯物を外に干せそううれしいです（布団をずっと干していなくてカビていないか不安です）。さて、今月は『カウンセリングとはなにか？』について書いてみようと思います。よく「カウンセリングはどんなときに受けていいのですか？」と聞かれることがあるのですが、私はどんなときでもカウンセリングって受けていいものだと考えています。なぜなら、カウンセリングの目的の核となるのは『自分理解』だと思うからです。この『自分』という道具を使って、毎日を暮らしているので、『自分』というものがどういう道具なのかを知ることはいつだって役に立つことなのです。包丁だって、使い方を知ればこの上なく便利な道具ですが、使い方を知らなければ、『危ないもの』として嫌ってしまうことになります。カウンセリングは『悩み』があるときに受けるイメージが強いかと思いますが、悩みがあってもなくても『自分理解』のためにどなたも（お子さんも保護者さんも先生方も）お気軽にご利用ください。お話をうかがうのを楽しみに相談室でお待ちしています。

## 《予約の仕方》

1. 生徒の皆さんは、学校で申し込むことができます。保護者の方は電話で予約をお願いします。予約は、担任や学年の先生、又は保健室の先生などを通してお願いします。教育相談担当で時間の調整を行います。

場所は、管理棟3階の相談室です。時間は、校時表にそって行います。

鳥栖中学校 TEL 83-2537