



カウンセリング室通信(*´▽`*)

—こんにちは！皆さま！お元気ですか～？—

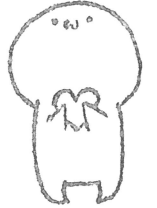
「こんにちは！スクールカウンセラーの徳田です」（´ω`）ノ
こころの相談ができるように、五十崎中学校にきています。

「どうぞよろしくお願ひしますね～！」 ♡木曜日 13:00～17:00♡

1Fの『相談室』にいます。（皆さんの靴箱の前にある部屋です(^_^)ノ

ノックをしてください。「はい！どうぞ！」と答えます。

3密を避けながらお話を聞きます<m()m>ご安心くださいね…(^_-)-☆



★<カウンセラーってなあに？何するの？>★

私たちは、いろいろなことで悩んだり…考えたり…しますよね。それはあなたの「力！」
なのだけれど、時に体のあちこちに痛みを起こしたり、おなかが変になったり、気分が
悪くなることもあるのですよね～(;^ω^)なかなかしんどい！

こころと体の自然な変化(^)/立ち止まることも大切なことですが、ずっと動けな
いしているとつらくなります。笑顔でチャレンジしたいです。

カウンセラーは「どうなったらあなたが前を向いて笑えるのかな？」「ちょっと楽にほ
っとできるかな？笑えるのかな？」を、一緒に考えて見つけていくためにいます(*^*)v

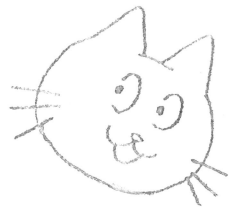


★<相談室で何ができるの？>★

話をすることはもちろん。心を表現したり、整理をしていくことができますよ。
簡単な「性格検査」もできますので、興味のある方は、声をかけてみてください。

*バウムテスト→実のなる木テスト（意外な自分に気がつけるかも？）

*エゴグラムテスト→人との交流のくせ（自分を知ると行動が変わるかも？）



★<自己紹介>★

名前＝徳田美保（とくだみほ）

年齢＝結構長～く生きており、毎年確実に年を取っています（ごまかしてみた(-_-;)）

得意＝なんにでも興味が持てます。ワクワクすることができます。

少々落ち着きが足りませんが、お許しくださるとありがたいです。

☆<保護者の皆様へ>☆

思春期の子どもたち、色々あります、悩みます。親だって色々あります、悩みます！！
「話してみたい、聞いてみたい」と思われたら気軽に連絡を入れてみてくださいね！

