



## カウンセリング室通信(\*´▽`\*)

—こんにちは！お元気ですか～？—



1年生には「はじめまして！！」

2年生・3年生にはお久しぶり！！のスクールカウンセラーの徳田美保です(\*^-^\*)

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。

「相談室」にきているときは、ドアにホワイトボードを出しています☺ので  
ノックしてみてくださいね。「は～い、どうぞお～」と答えます(\*^▽^\*)/



### ★<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  
ど、時には体のあちこちが痛くなったり、気分が悪くなることもあるのですよ～(；^ω^)  
とても自然な変化☺立ち止まることも大切！だけど、ずっと動けないでいると、つらくなり  
ます！！笑顔でいろいろなことにチャレンジしたいですよ～！？(´ー`\*)ウウ  
カウンセラーは、「どうなっていくとあなたが前を向いて笑えるのかな？ちょっと楽になれる  
のかな？」を、一緒に考えて見つけていくためにいます(^\_^)



### ★<カウンセリング室で何ができるの？>★

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』もあるので、興味のある方は、心配(笑)しないで声をかけてみてね！！

\*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。(\*^▽^\*)

\*TEGテスト→自分を知ると行動が変わる???見方が変わる？

### ★<自己紹介>★

名前=徳田美保(とくだみほ)

年齢=けっこう長く生きてきて、その上毎年確実に歳を取っています(笑)

得意=なんにでも興味が持てます。(ああ…数字だけは…はい●ごめんなさい)

☼カウンセラーは木曜日にきています。

☼時間：PM 1:00～PM 5:00

予定<4月→11(木)、18(木)、25(水) 5月→ 2(木)、9(木)、16(木)、30(木)>



### ☆<保護者の皆様へ>☆

思春期・青年期の子どもたち、いろいろあります、悩みます！！

親もいろいろあります、悩みます！！『これってどうなんだろう？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！(\*´▽`)

