

スクールカウンセラー便り 12月号



2025 年も最後の月となりました。皆さんにとって今年はどうな年だったでしょうか。

さて、長い間相談業務をしていると、子どもの頃や中学時代に数年にわたって来談され、成人になってから再会する人にお会いすることがあります。その方々の成長を感じることができ、とても嬉しい時間になります。

人の成長や相談の意味を感じていただければと思い、様々な人を合成してご紹介します。Aさんは、小学校時代に教室で叱られている生徒を見て怖くなり、自分の言動が叱責の対象にならないかと繰り返し確認するようになりました。それが嵩じて学校に行けない日が続き、病院を受診しプレイセラピーが始まりました。初めて会ったAさんは、「先生からも生徒からも良い子と言われたい、浮いていると思われたくない」と一生懸命でした。良い報告をし、見本通りの絵を描くことが続きました。楽しくなかったと思いますが、保護者の方のご尽力で通い続け、ようやく愚痴を言うようになり、人前で不機嫌なままでも大丈夫になりました。中学生になると「人に合わせると自分がなくなる問題」に気づき、Aさんはそれがいかに不安なことか、語ることができました。高校に合格すると、「仕切り直し」宣言をして〇〇部に入部し、自分を取りつくりよう余裕すらない日々が始まりました。日常でも周りに不安や寂しさを隠さなくなり、ついに「自然なままで楽に過ごせる友達」と出会い、相談を終えました。成人したAさんとの再会時、「みんなに好かれる人になりたかった。そんなの不可能で、必要がないと思った。人に悩みを話すことで自分はどんな人なのかわかってきた。まあまあ良い人だと思えた」と教えてくれました。出会いから十年弱、Aさんは清々しい人になっていました。自分自身を見つめる大事さを再確認しました。 細野 SC

①6月より **web 予約に移行しています**。詳細は 5 月 28 日の BLEND 発信をご参照ください。

②開室時間は、水曜日、11:00-18:00 です。ご希望の時間帯をおっしゃってください。また、「**対面**」「**電話**」「**ZOOM**」のうち、**ご希望の相談の種類を必ずお伝えください**。

【対面による相談】50 分まで

相談室の場所は道しるべ3階にあります。予約時に、ご確認ください。感染予防の観点からご家庭での検温、マスクの着用、入室前、退室後の手洗いをお願い致します。

【電話での相談】30 分まで(事務局の電話受け付けは17時までとなります。)

予約時刻になりましたら、事務局へお電話ください。相談室へ転送されます。

【Zoom での相談】40 分まで 40 分になりますと自動的に ZOOM の接続が切れます。

事務局からお伝えしますアドレスに、メールをください。

メールには、お名前、学年、クラス、申込み時に職員よりお伝えしました相談予約日時を書いてください。

当日までに Zoom の招待メールを送ります。予約時刻になりましたら、Zoom にお入りください。