



尾張旭市立西中学校

スクールカウンセラー・

心の相談室だより

令和5年6月



梅雨入りして蒸し暑くなってきましたね。心も体もじめじめした気候につられて、なんとなく調子が出ない時期です。自分なりに快適に過ごせる方法を見つけられるといいですね。



思い込みのパワーは偉大？ プラシーボ効果

皆さん、「プラシーボ効果」という言葉を聞いたことがあるでしょうか？ 人に「そうだ」と言われると何となくそんな気がしてくる……思い込み効果のことです。偽薬効果とも呼ばれていて、偽物のお薬を処方された患者さんが思い込みの力で回復してしまったのが由来だそうです。思い込みの力、案外侮れませんね。

思い込みというと何だかマイナスな印象が浮かびがちですが、もしかすると「この人は素敵な人だ」と思って接しているうちに本当に関係がよくなったり、「自分はまだまだやれるぞ！」とっていると実力以上の力が発揮できたり……なんてこともあるかもしれませんね。悪い考えに傾きがちなときは、自分を騙すのも一つのテクニック。

いい方向の思い込みは、いい結果を生み出してくれるのかもしれません。

・スクールカウンセラー来校日時

毎週火曜日

10:30 ~ 16:30

相談はご予約制となっております。
面接時間は1時間ほどです。
(生徒・保護者どちらもご利用できます)
SC 中井千翔

・ご相談申し込み方法

お電話でご予約をおとりください。

電話 0561 - 54 - 1191

(担当 コーディネーター 仲島まで)

月間予定は裏面です→



SC・相談員 来校予定表

			1 中道	2 お休み
5 中道	6 中井	7 中道	8 中道	9 お休み
12 中道	13 中井	14 期末テスト	15 期末テスト	16 期末テスト
19 中道	20 中井	21 中道	22 中道	23 中道
26 中道	27 中井	28 中道	29 中道	30 中道

スクールカウンセラー (SC) 中井
相談員 中道

相談 の申込み・予約方法と手順 (生徒向け)

1. 担任の先生、SC、相談員に直接申込みをする。
2. 放課・放課後に直接相談室を尋ねる。
3. ipad で予約する。

※相談は原則として授業時間外になります。

※直接来室しても良いですが、予約が優先になりますのでなるべく予約を入れてくださいね。

