



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6年2月

まだまだ寒い時期が続きますね。あたたかいもので心も体も、ほっと一息。

面談お申し込みはこちら

右のQRコードよりお申し込みください。

<https://forms.office.com/r/yqnMdKQscJ>



<お願い>

- ① 予約はできるだけお早めをお願いいたします。前日や当日の予約には対応できない場合がございます。前日や当日は、お電話でのご予約が確実です。
- ② Web予約により希望日が重なった場合、先に予約された方を優先させていただきます。その場合、調整のお電話をさせていただきます。ご了承ください。

固定観念に縛られない

突然ですが、皆さんは2月と聞いて何を思い浮かべますか？ 節分、バレンタインデー。「受験！！」という人もいるでしょう。行事ではなくて恵方巻やチョコレートといった食べ物を連想した人もいるかもしれませんし、個人的なイベントもあるかもしれませんね。人によって思い浮かべたものはそれぞれ違うと思います。

私たちの中には「〇〇と言えばこう！」という思い込みのようなもの、つまり固定観念に縛られている事がままあります。誰しも「自分はそんな事ないよ」と思うものですが、それこそ意外と思ひ込みだったり……。こうした感覚の違いがトラブルの元になることも少なくありません。

固定観念に縛られない。すぐに実行するのは難しいので、気を付けるポイントは「一旦そのまま受け止めること」です。他の人の意見や感覚を「そういう捉え方もあるんだね」と受け止めてみてください。

いつも少し違うところに目を向けてみると、目から鱗。新たな発見があるかもしれません。



月間予定は裏面です→



SC・相談員 来校予定表

月	火	水	木	金
			1 中道	2 中道
5 中道	6 中井	7 中道	8 中道	9 中道
12 振替休日	13 中道	14 中道 1、2年期末 テスト	15 中道 1、2年期末 テスト	16 中道 1、2年期末 テスト
19 中道	20 中井	21 中道	22 中道	23 天皇誕生日
26 中道	27 お休み	28 中道	29 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。

