

相談室だより

No.2 令和3年6月9日(水)

石川県立金沢桜丘高等学校相談課

新学年も2ヶ月が経ち、もうすぐアジサイが綺麗な季節がやってきます。桜高生のみなさんも、新しい環境に慣れてきたところだと思います。クラスでは、まだ話したことがないクラスメートがいませんか？お互いを知る最初の一步、それは挨拶です！挨拶は社会生活の基本であり、「相手の存在を認め、かつ敬意を払う行為」です。毎朝、誰に対しても、明るく「おはよう！」と声をかけてみましょう！

さて、4月に相談室だよりでお知らせしたように、今年度からスクールカウンセラーとして柳澤たまき先生がいらっしゃっています。今回は柳澤先生特別号です！



柳澤たまき先生より

[自己紹介]

4月から週1回、桜丘高校に来ることになりました公認心理師の柳澤たまきです。学校ではスクールカウンセラー（SC）といわれることが多いです。相談室で生徒の皆さんや保護者の方のカウンセリングをしています。

[桜高生の印象]

私は高校のスクールカウンセラーは初めてですが、桜丘高校に最初に来た日から、校内で生徒の皆さんが気軽に挨拶をしてくれたことが印象的で、嬉しく感じました。

[桜高生へメッセージ]

相談にきてくれる生徒さんも沢山いるので、悩みや困りごとのSOSを発信する力を、ちゃんと身に付けられている生徒さんが多いのだと思います。カウンセリングに来てくれる生徒さんたちと話していると、気持ちが繊細だなと感じることが多いです。それは人の気持ちをわかってあげられる、とても良い美点なのですが、繊細すぎて周りを気にするあまりに言いたいことを言えなかったり、マイナス的に考えてしまったりするように思えます。そういうつらさをカウンセリングで話してもらうことで、少しでも皆さんが楽になるお手伝いができれば、と思います。よろしく願いいたします。



毎週水曜日12:00~17:00に相談室にいます。相談したい生徒さんは前もって予約してくださいね！