

ハート通信 for Adult

スクールカウンセラーだより 第1号

スクールカウンセラーの業務について

初めまして。今年度より、白杵支援学校にスクールカウンセラーとして赴任いたしました、佐藤百合子と申します。一年間、どうぞよろしくお願いいたします。白杵支援学校へのスクールカウンセラー配置は初めてとなりますので、業務について、いくつかご説明いたします。

勤務日と時間

2週間に1度、学校にお邪魔させていただきます。

勤務時間は次の通りです。週によって来校する曜日が異なりますのでご注意ください。

第2木曜日	午後12時分50分～ 午後4時50分
第4水曜日	午前9時～午後1時

業務の内容

○お子さん自身の相談

お子さん本人が何か困ったことが起きた時に、お子さん本人からの相談をお受けいたします。

○保護者の方の相談

保護者の方からのご相談もお受けいたします。相談内容はどのようなことでも構いません。学校・

学級のこと、友達関係、学習のこと、自分自身のこと、家族のこと、気になることがあればぜひお話しに来てください。秘密はお守りいたします。

相談の仕方

担任の先生に「スクールカウンセラーに相談したい」ということをお伝えください。あるいは、学校に直接お電話いただいても結構です。勤務時間内であれば、スクールカウンセラーが直接お話しすることができます。

お子さんが相談したいという希望がある場合も、担任の先生にお伝えください。お子さんが直接申し込むことが難しい場合は、できれば保護者の方にお手伝いいただけるとありがたいです。

「相談」の意義

「誰かに悩みを話したって、解決できるような問題ではない」

「人に頼るのは、弱い証拠だ。相談なんて弱い奴のすることだ」
こんなことを時々耳にします。でも、これは間違いです。

○相談は自分と対話であり、自分を見つめる作業は実は勇気が必要

カウンセラーはあくまで相談者の「鏡」です。カウンセラーに話すことを通して、自分の心（思考や感情）を整理し、自分自身を再確認し、そして自分自身を変化させるきっかけを作ります。また、自分自身を見つめ、自分を語るといふ作業は、実は大変な勇気とエネルギーのいることなのです。

○話すことだけで本当に問題は解決しないのか

話す作業の中では問題そのものは解決しません。しかし、気持ちが変わるといふことは、問題に対する考え方が変わるといふことです。その結果、問題へのかかわり方が変化し、問題自身が変化していく可能性が生じます。カウンセラーは「問題の対処の仕方をアドバイスする人」と思われがちですが、本来的には、問題への「かかわり方」について、相談者ご自身が見つけていくためのサポーターなのです。