

竜王北中学校 SC(スクールカウンセラー)のご案内

みなさん、こんにちは。スクールカウンセラーの鶴田^{つるた}理恵^{りえ}です。

山梨県内のすべての中学校にはスクールカウンセラーがいて、竜王北中学校にも月に二回～三回程度、スクールカウンセラーが勤務しています。

スクールカウンセラーは、生徒の相談はもちろん、保護者の相談も受け付けています。臨時休校が延長されて不安な思いをしている人も多いのではないかと思います。

ご希望の方は、お気軽に中学校、または学年担当や学級担任までお問い合わせください。

【連絡先 竜王北中学校：055-279-7200】



どんなことが相談できるの？

- 家族のこと
 - 勉強のこと
 - 体のこと
 - 友だちのこと
 - 将来のこと
 - 最近のできごと
 - 自分の性格
 - …などなど
- どんなことでもお話ししたいと思った気持ちを大切にしています。



人に話すことで、ちょっと心に余裕ができたり、すっきりすること、安心することもあるかと思います。秘密やプライバシーは守られます。まずはご相談ください。

思春期の特徴



体重、身長が増加し、考え方も大人になります。自己が目覚める時期で、「自分はどのようなものか」といった自己意識が明確になります。自分はどんな考え方や性格の人間か、自分は何が得意なのか振り返り気づいていきます。対人関係は家族中心から仲間へと移行し、多様化していきます。仲間と深い共感を得て、秘密をもつことで連帯感が生まれます。第二反抗期もこの時期で、大人の価値観を疑うようになり、親から自立しようと自分なりの考え方をもちます。あまえない気持ちと自立への試みが混在し、気分屋に見えたり理解しにくい言動になったりします。

思春期のこどもへの対応



- **大人とこどもの関係を忘れない**
感情的な対応は大人としての信用を失う。
どんな大人か試されていることを忘れない。
- **本人のプライドを大切にする**
一方的な否定や、命令ととられる発言は慎む。
他者（兄弟姉妹、同級生など）との比較を避ける。
- **解決を焦らない**
待つ時間をおしまない。
- **本人の自信につながる言葉がけを**
やる気になるような声かけ。
うまくいかなくても努力を評価する。