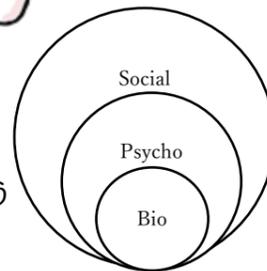


私達を感じる“心身の不調”は一体何が原因なのでしょう？



古くは『生物医学的な問題が原因である』という考えが主流でしたが、今から約40年前、精神科医の Engel, G.L. (ジョージ・エンゲル)は『生物心理社会モデル (Bio-Psycho-Social-Model)』を提唱しました。“心身の不調”は、個人を構成する生物学的な要因を核としながら、生きていく過程で生じる心理的な葛藤や社会的な軋轢が複雑に絡み合うことによって生じる、という考え方です。



すべての人が自分らしく生き生きと過ごすためには、一人ひとりが自分自身の『生物 (Bio)』、『心理 (Psycho)』の部分を整えつつ、お互いが気持ちよく過ごせる人間関係、つまり『社会 (Social)』を築いていくことが大切です。ですので、例えば頭痛や腹痛など、不調がある時にはまず生活リズムを整えたり内科などを受診したりして、心身を整えるようにしましょう。



そして学校という場は一つの『社会 (Social)』です。在校生が勉強や部活動に一生懸命励むことのできる、安心して通える場所であってほしい。そのためには一人ひとりが周りの人と対話し、相互理解を深めながら、他人に対して思いやりをもった行動をする必要があります。居心地のいい場所は、そこに居る人が心掛けて作っていくものです。まずはぜひ、気持ちのこもった挨拶から始めてみませんか。

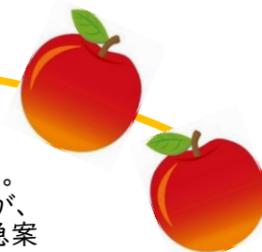


<令和6年度 スクールカウンセラーの来校予定日>

2 学期	3 学期
9月2日 (月)	1月20日 (月)
9月18日 (水)	1月29日 (水)
10月28日 (月)	
11月13日 (水)	
12月9日 (月)	

保護者の方へお知らせです。

最近カウンセリングを受ける方が増えております (生徒・保護者の方ともに)。スクールカウンセリングは生徒優先となりますので、大変申し訳ありませんが、保護者の方とカウンセラーとで次回の予約をされている場合でも、生徒の緊急案件が生じた場合はそちらを優先させていただく場合がございます。その際にはご連絡させていただきますが、何卒ご理解ご了承ください。



可愛い色の封筒がたくさんあるよ。好きな色の封筒を持って行ってね♪



生徒の皆さんが学校外の専門の相談員に匿名で相談できる『名前を明かさず報告相談できるアプリ STANDBY』という SNS 相談ツールもあります。アクセスコードが欲しい人は元気ルーム入口の封筒➔をご自由にお持ちください。



<本校のスクールカウンセリング 予約の取り方>

- 教育相談担当教員や担任の先生、保健室など、あなたが話しやすいと思う先生に「カウンセリングを受けたい」と伝え、予約をとってください。相談内容を伝える必要はありません。
- 時間帯は授業時間と同じ、チャイムからチャイムまでの50分間です。料金は発生しません。授業担当の先生には「保健室に行ってきます」と伝え、不在になる旨が必ず伝わるようにしてください。授業の扱いは『欠課』となります。
- カウンセラーには守秘義務があります。これまで話せなかったことを安心して話すことができます。話の内容が命に関わることや、法律に関わる場合など、守秘義務が守れないこともあります。その際には、必ず事前に皆さんと相談します。カウンセラーが皆さんに無断で先生達に伝えたりはしません。
- 保護者の方もご相談いただけます。お子様のことでお悩みのことなどございましたら、お気軽に教育相談担当教員や担任、養護教諭へご連絡ください。ご予約を取らせていただきます。(Tel 0568-92-9000)

なお、上記『保護者の方へお知らせです』もご覧ください。

【教育相談担当教員】

1年生担当=稲垣・林律 2年生担当=篠田・太田 3年生担当=杉本・山田麻

この『相談だより』は、本校ホームページでも読むことができます。
高蔵寺高校ホーム>お知らせ>相談だより