



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7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。

4つの自己 ジョハリの窓

少しずつ3学期の終わりも見えてきましたね。そろそろ来年のことを考え始めている頃かもしれません。未来の自分……皆さんはどんな自分の姿を想像していますか？ この年頃は自分の在り方に悩む時期でもありますから、未来よりも今の自分について考えている人も多いかと思います。「そもそも自分とは？」と考えだしたらキリがありませんよね。

『ジョハリの窓』という考え方によると、自分……つまり自己の中には「4つの窓」があるとされています。自分も他者も知っている「開放の窓」、自分は気が付いていないが他者は知っている「盲点の窓」、自分は知っているが他者は気が付いていない「秘密の窓」、誰からも知られていない「未知の窓」。様々な自分の姿があるのは当たり前のことですから、一言で「自分」という人間を捉えるのが難しいのも納得ですね。

どんな姿でもあなたの一部。これからもあなた自身と上手く付き合ってみてください。

月間予定は裏面です→





SC・相談員 来校予定表

月	火	水	木	金
3 中道	4 中井 (SC)	5 中道	6 中道	7 お休み
10 中道	11 建国記念の 日	12 1、2年 学年末テスト	13 1、2年 学年末テスト	14 1、2年 学年末テスト
17 中道	18 中井 (SC)	19 中道	20 中道	21 中道
24 振替休日	25 中井 (SC)	26 中道	27 中道	28 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。

