

カウンセリング（心理相談）

ってどんなこと？

乳幼児定期健康診断 心理相談 臨床心理士

西松亜耶可

新しい見方を提案する カウンセラー

人はそれぞれ成長や発達、考え方が異なりますが、時にその違いから日常で困難さや息苦しさを感じたり、知らないうちに自分と周りとの間にバリアを作ったりして、生きづらさを抱えてしまうことがあります。

とがあります。

カウンセリングとは「考え方」や「感じ方」など心の動きを対象とし、言葉や動作を利用する援助活動のこと。カウンセラーは、同じ出来事でも見方や考え方を変化させられるよ

う、質問の仕方や話の聴き方を工夫しています。自分では「問題」と思っていることに対して新しい見方を提案したり、「見えないバリア」になっている考え方の癖に気付くような会話をしたり、専門的な情報を伝えることもあります。育児相談では、一人一人の成長に寄り添ってお話をします。スクールカウンセリングでは、児童や生徒・教職員・保護者を対象に相談活動を行っています。

心のバリアフリーで 住みやすいまちに

カウンセリングと聞くと特別なものに感じるかもしれませんが、そうではありません。目に見える病やストレス疾患と違い、心や発達などの困り感はなかなか気付くことができ



当市で乳幼児定期健康診断やスクールカウンセラーなど、心理相談の手伝いを行っている。

ません。気付いたときには体が動かないほどつらくなっていたり、一人で抱えて孤立したりすることも。それらを相談できないと、つらさを長引かせてしまう要因にもなります。カウンセリングが特別なことではなく、それぞれの違いや選択を受け入れる社会・心のバリアフリーが広がっていくこと、そして誰もが住みやすいまちになることを願っています。その実現のために、まずは「知る」ことを大切にしてみましょう。



▲乳幼児定期健康診断で保護者から相談を受ける



▲西条市心のサポーター養成講座で講師を務めた西松さん



美しさとやすらぎを創造する・・・

フジワラ化学株式会社

— 内外装仕上塗材・DIY製品・健康食品・教材用粘土の製造販売 —

〒799-1342 西条市大新田94

TEL (0898) 64-2421 FAX (0898) 64-4034

URL <https://www.fujiwara-chemical.co.jp>

E-mail info@fujiwara-chemical.co.jp

空撮(ドローン)、動画編集 Web制作、パネル制作

各種印刷物も承ります。
お客様の幅広いご要望にお応えいたします。

まずはお気軽に
ご相談ください

Your Communication Partner
佐川印刷株式会社

東予 営業所 〒793-0041 西条市神拝甲188-2 2F
TEL (0897) 66-9933 (所長/浜田)

