

# 相談室だより

2021年7月 緑中学校  
カウンセラー 大田隆人

みなさん、こんにちは。  
さて今回は、先月に続き『困ったとき・つらいとき』  
についての話パート2です。



## 相談された時の「き・よ・う・し・つ」

先月は、困ったときやつらいとき「信頼できる大人3人に話してみよう」という話でした。  
ただ、実際に中学生に「本当に困った時にまず相談している相手は？」と聞いてみると、『友達』  
と答える中学生が一番多かったそうです。

さて、友達から深刻な悩みを打ち明けられたあなた。どうする？

一生懸命考えて、良い解決方法を提案しますか？それもなかなか難しいですよ。そんなときには「き・よ・う・し・つ = (教室)」とおぼえておいてください。

きづいて  
よりそい  
うけとめて  
しんらいできる大人に  
つなげよう

つらそう  
だね…



それじゃ、悲しいよね…

何か俺にできることある？

誰かのところに一緒に  
相談に行こうよ。

友達の悩みを「解決してあげよう」とするのではなく、友達に  
「よりそい」、友だちを「わかって」とする。そして信頼できる  
大人につなげることが大切なんですね。

相談室の営業日

7月 5日(月) 12日(月・小学校にいます) 19日(月)  
8月30日(月)

