

保健センター 相談室のご案内

相談室カウンセラー（臨床心理士・公認心理師） 鎌田・田中

保健センター相談室では、学生たちが有意義な学生生活を送れるよう、問題解決に向けて自主的に判断、行動できるよう支援し、学生自身の成長を促す一助を担っています。

学生たちと、日々関わっておられる教職員の皆様には、ぜひ当室を知っていただき、有効に利用していただきたく、下記の通りご案内いたします。

○相談室では学生に向けて・・・

(1) 現在、対面相談、電話相談、オンライン（Google Meet）相談を受け付けております。

以下のようなことについて悩んでいる学生、気になる学生には、是非相談室をご案内ください。

例えば・・・

- ★大学生活のこと（大学になじめない、授業や勉強への不安、課外活動や日常生活への不安など）
- ★進路や将来のこと
- ★自分の性格や性について
- ★対人関係について（家族、恋人、教員との関係などについて）
- ★心身の不調について（やる気が起きない、眠れない、気分が落ち込むなど） 等々

(2) 相談室では、以下のように学生が相談しやすい環境を整えています。

- * 原則予約制で、固定時間を設け、相談をお受けしています。
- * 相談内容の秘密は守られます。
- * 希望すれば、継続して相談できます。
- * 必要に応じて学外の専門機関を紹介できます。
- * 保護者も利用できます。（必要に応じて保護者・学生本人の同席面接も可能）

○教職員の皆様からの学生に関するご相談もお受けしています。

例えば・・・

- ★学生から相談を受けたが、どう対応して良いか困っている。
- ★授業に出ていない、単位取得が困難となっている、急に成績が落ちた、など心配な学生がいる。
- ★行動や様子に不自然さが見られ、気になる学生がいるが、どう声をかけたらよいのか。 等々

【相談室のご利用方法】 * ご予約をお願いしておりますが、空きがあればその場でご相談をお受けできます。

ご予約は以下のいずれかの方法をお願いいたします。ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

- ・ 来室 月曜日、火曜日、水曜日、木曜日、金曜日 9時半から 16時半（図書館棟 1階医務室奥）
- ・ 電話 (03) 5856-5669（相談室直通電話） または内線 5723・5724
- ・ メール adachi-soudan@stf.bunkyo.ac.jp（予約専用アドレス）