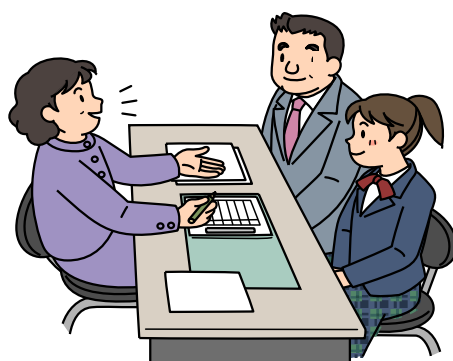


生徒のための

# 相談の手引き

～学校生活で困った時のために～



ようがの学び舎  
世田谷区立用賀中学校

# はじめに

ようがの学び舎・世田谷区立用賀中学校 校長 草開 宣晶

小学校では「子どもらしさ」を求められ、中学校では「大人に近づく」ことを求められると言います。この違いから「中1ギャップ」が生まれるのかもしれません。

中学校生活では楽しいことが多い反面、様々なトラブルに巻き込まれる可能性があります。

また家族や友人関係、成績、体や心のことなど人によっていろいろな悩みを抱える時期でもあります。

ここでは学校生活で想定される、いろいろな問題についての相談方法をまとめてみました。

困った時にいろいろな人に相談できることは、まさに「生きる力」そのものです。

学校生活で困ったら、一人で抱え込まずいろいろな人に相談してみましょう。相談相手は保護者・先生はもちろんのこと、それ以外にもいろいろなチャンネルがあります。

## 1 成績についての相談

学期末に多いのが成績に関する問い合わせです。中学校は教科担任制なので、直接教科担当にお問い合わせいただくのがいいですが、担任を通して聞くことも可能です。

教科の成績は定期考査の点数でだけで決まるのではありません。

教科の成績は評価基準をもとに複数の材料

(例：ノートやレポートなど) から算出しています。

教科の成績は評価基準をもとに複数の材料から算出しています。

複数の観点を3段階で評価し、それを5段階の評定に換算します。

どの教科も定期考査の成績だけで評価はしていません。

特に実技教科は定期考査の得点以上に実技や作品の完成度が重視されます。

各自で提出物をきちんと出したか、授業中しっかりと課題に取り組んだか、作品や実技の完成度はどうだったのか、振り返ってみましょう。

近年入試制度も大きく変わっています。また、学力は、従来の生きていく知識・技の習得に加え、思考力、判断力、表現力、学びに向かう力・人間性などを重視しています。



## 2 トラブルについての相談

学校生活の中で生徒間のトラブルはつきものです。重大ないじめや犯罪に近いものはともかく、それ以外はトラブルの解決をめざして、各自が人間的に成長する貴重な機会にしていきたいものです。

「悪口を言われる」「いやがらせをされる」など困ったことがあったら、遠慮なく先生に相談しましょう。中学校は学年という「チーム」で指導します。相談の窓口は担任または学年主任となります。生活指導担当でも大丈夫です。学校では関係者全員にヒアリングをし、その結果をすり合わせて、トラブルの全体像を把握し、関係者間で謝罪を行うようにします。

大切なのは自分の気持ちを正直に伝えること、相手がどんな気持ちであるか考えることです。自分の言い分ばかり主張したり、少しでも責任を軽くするために言い訳をすることは好ましくありません。

最近多いのがSNSのトラブルです。悪口を発信したり、画像を無断で送信したりすることはもちろんだめですが、たとえ特定の人しか見ないグループトークでも同じです。



### ③ 進路についての相談

生徒にとって、重大な関心事の1つが進路です。進路とは入試のことだけではありません。中学校では「キャリア教育」という観点から指導を行います。「用賀で育てる4つの力」もその一環です。

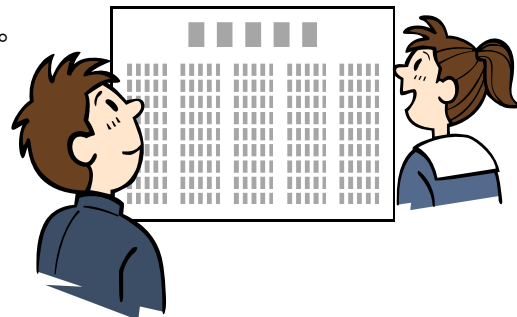
用賀で育てる4つの力

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. 記録し、まとめる力 | 2. 計画し、実行する力 |
| 3. 協力し、話し合う力 | 4. 説明し、発表する力 |
- の4つの力の育成を図ってまいります。

ただ入試に関する情報が必要なのも確かです。皆さんは初めて高校入試を迎えるので誰に相談すればよいかわかりにくいでしょう。

相談の窓口としては進路指導担当、学年主任、担任などがいいでしょう。  
相談しやすい先生に相談してください。現在の成績でどんな進路が可能か、今後はどんな対策をとったらよいかアドバイスできます。

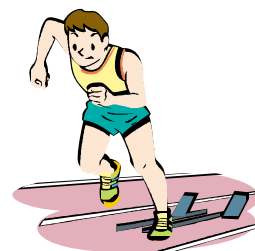
三者面談期間に限らず、気軽に相談してください。



### ④ 部活動についての相談

最近新聞等で話題になっている部活動ですが、生徒にとっては重大関心事です。部活動が学校生活充実の力ぎをにぎっているといっても過言ではありません。ただし興味・関心、得意・不得意、適性、体力、他の習い事等とのバランスを総合的に見極めて参加してほしいと思います。部活動は自由参加ですから、顧問の方針に基づいて行われます。個人の都合に合わせた部活動はできません。

部活についての相談はやはり顧問の教員が望ましいですが、内容によっては担任や学年主任も可能です。



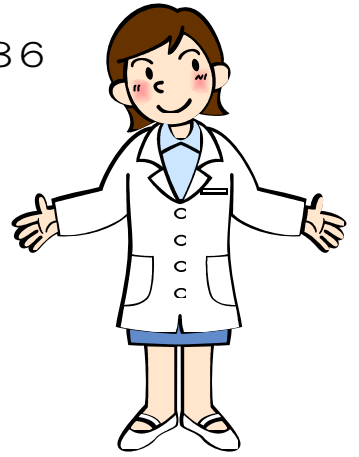
## 5 健康や精神面についての相談

思春期は不安定な時期です。そして心がいちばん傷つきやすい時期です。心も体も変調をきたすこともあります。自分の悩みがはっきりしないこともあります。

そんな時、学校には養護教諭とスクールカウンセラーがいます。心や体の相談はこの両者が望ましいでしょう。

何か心配なことがある場合は気軽に相談してください。スクールカウンセラーには直通電話もあります。

スクールカウンセラー直通電話 03-3700-2686  
なおカウンセラーは週2日の勤務です。

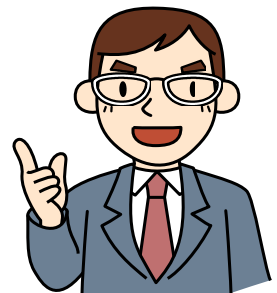


## 6 その他の相談

上記の件は、まずはそれぞれの担当に相談することが望ましいです。しかし学校以外にも相談する場所があります。たとえば

全国 WEB カウンセリング協会 03-6865-1911  
24 時間子ども SOS ダイヤル 0120-078-310  
こどもの SOS 相談（文科省サイト） ネットで検索  
いのちを支える相談窓口一覧 ネットで検索  
せたがやホッと子どもサポート 0120-810-293

などがあります。この他にも警察などにも相談できます。



## 7 終わりに

生徒が学校生活で困った時のためにこの手引きを作りました。ただし相談する時のルールとして、いきなりではなく、あらかじめ先生にアポイントメント（約束）を取りましょう。

先生に「ご相談があるのですが、近々お時間いただけますか？」と聞くと「では何月何日の何時に」とお返事が来ます。

困ったことを相談することは恥ずかしいことではありません。「助けられ上手」という言葉があります。この力こそ「コミュニケーション力」であり、「社会を生き抜く力」であります。

この手引きを活用して、よりよい学校生活を送りましょう。

