

カウンセリング

開室スケジュール

月～金 10:00～16:30

スタッフ

臨床心理士・公認心理師

※学医の相談は、毎月1回木曜日に健康支援課（保健室）で行います。（長期休暇中を除く）

皆さん自身で答えを見つける
手助けをします。

副学長
カウンセリングルーム責任者
やま ぐち たくみ
山口 巧



「悩みの原因や解決方法がわからない時」「わかっていても行動できない時」「どこに相談したらいいかわからない時」にご利用ください。自分ひとりでは何をしたらいいかわからなくなってしまった時など心身のサインに気づいた時が、カウンセリングを利用されるタイミングです。

私たちは、充実した学生生活が送れるよう、ゆっくりと時間をかけてお話を伺います。相談内容については、秘密を厳守します。安心して来室してください。

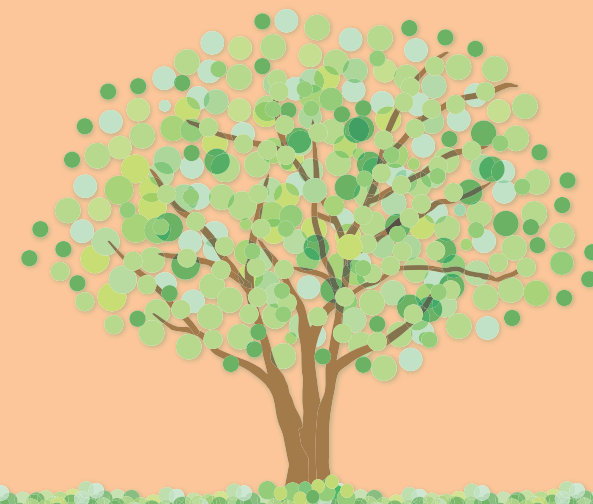
MAP



こころの
相談室

カウンセリング ルーム

案内



こころのサインを
見逃していませんか？

ひとりで悩んで
いませんか？

大学生になると、これまでと違った

新しい環境が待っています。

そんな中でストレスを感じたり、

どうしたらいいだろうかと

悩むことがあるでしょう。

カウンセリングルームは、

皆さんが大学生活を送っていく中で

出会う、いろいろな事柄について

話し合い、相談できるところです。

ひとりで悩まずに

何でも気軽に相談してください。

カウンセラーが、お話を聴きながら

一緒に考えて、問題解決の

お手伝いをします。

松山大学カウンセリングルーム

相談は予約制ですので、学生支援室か健康支援課（保健室）でお申込みください。
カウンセリング受付（月～金 8:30～17:00）

●学生支援室[3号館1階]
TEL 089-926-8212
✉ mu-gakusup@matsuyama-u.jp



●健康支援課（保健室）[3号館1階]
TEL 089-926-7131
✉ mu-hoken@matsuyama-u.jp



カウンセリングルームとは どのようなところでしょうか？

スタッフについて

当カウンセリングルームは、心の専門家であるカウンセラー（臨床心理士・公認心理師）を中心に運営されています。

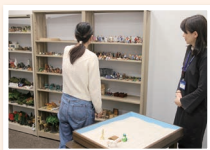
カウンセリング ルーム1～3

カウンセリングを行う部屋です。



箱 庭

箱庭は、カウンセリングルームに設置されています。たくさんのミニチュアの動物・植物・車・飛行機・人・建物などが用意されていて、その中から好きな物を選んで砂箱の中に置き、自分の内面を表現します。



心理検査

（心理テスト）

適切な援助計画を立案したり、援助効果を正確に把握するために必要なものです。検査結果はわかりやすく説明します。自分について理解を深め、考えるきっかけとして利用してください。



どんな時にカウンセリングを 受けるのですか？

カウンセリングは、皆さんが直面するさまざまな問題に対して、自身で答えを見つけるための手段です。

例えばこんな時に
相談してください。

case

1

人間関係に
関する悩み

case

2

心身の健康に
関する悩み

case

3

自分自身に
関する悩み

case

4

進路・学習に
関する悩み

その他、
ちょっとホッとしたい、
落ち込んでいる時など…

カウンセリングを受けるには？

カウンセリングまでの流れ

1

申し込み

まず学生支援室、または健康支援課（保健室）に、直接来室するか電話で申し込みをしてください。

2

初回面談

ご相談の詳しい内容やこれまでの経緯等をお聴きします。時間は40分～50分です。
※医療機関や相談機関に通われている方は、ご担当の先生とご相談の上、申し込みをすることを推奨しています。

3

「インフォームド・コンセント」※にサイン

カウンセリングを受ける際のお願いや個人情報の取り扱いなどについて、詳しく説明します。不安な点や疑問に思われる点など、何でも尋ねてください。きちんと納得した上でカウンセリングを受けるかどうかを決めることが、とても重要です。
※「インフォームド・コンセント」とは、「説明に基づく同意」です。

4

初回カウンセリング

担当カウンセラーのカウンセリングを受けます。

5

継続カウンセリング

原則、「同じ時間・同じ場所・同じカウンセラー」で、週に1回や2週間に1回など一定のペースでカウンセリングを続けていきます。

保護者の方へ

お子様（本人）の学校生活や家庭生活に対して、困っていること、気になることがあれば、お気軽にご相談ください。

例えば

- 突然、大学へ行かなくなった
- 無気力でやる気がなくなっている
- 大学で友達ができない
- 勉強がまったく手についていない
- 眠れていない
- 食欲がない など

保護者の方が希望しても、本人が相談に行きたがらない場合もあるでしょう。そんな場合でも保護者の方の相談に応じますので、遠慮なく早めにご相談ください。

