

九州工業大学
カウンセリング室



学生

Q. カウンセリング室や学生総合支援室など、どこに相談に行けば良いかわかりません。

A カウンセリング室では、カウンセラーによるカウンセリング・心理相談を行っています。
(具体的な相談内容は、次の項目をご参照ください)
どのような相談でも構いませんので、まずは一度お話に来てください。
お話を伺う中で他の窓口の方が適切だと思われる場合には、ご案内いたします。

例えば・・

- ・ 身体の異常や気になる症状がある方…医師・保健師による健康相談
- ・ 経済的困窮や合理的配慮に関する相談…学生総合支援室 など

Q. 例えばどんな相談がありますか？

- ・ 進路、将来について迷っている
- ・ 不安で苦しい日が続いている
- ・ 家族のことで困っている
- ・ やる気が出ない、意欲がわからない
- ・ ジェンダーやセクシュアリティについて
- ・ 発達障害ではないか
- ・ 自分のことを知りたい、自分について考えたい
- ・ 人間関係がうまくいかない
- ・ 授業についていけない／出られない
- ・ 最近あまり眠れていない
- ・ 急激に痩せた、急激に太った
- ・ 恋愛の悩み
- ・ 心理テストを受けてみたい

Q. 秘密は守られますか？

A 来談されたことやお話しされた内容が、外部に伝わることはありません。
安心してお話してください。

Q.料金はかかりますか？

A 無料です。お気軽にご利用ください。

Q.留学生も利用可能ですか？／Is it available for international students？

A 留学生の方もご利用いただけます。外国語での相談対応は、適宜翻訳機等を使いながら、やさしい日本語でお話しします。ご了承ください。

Also available for international students.

We speak in easy Japanese using translators. Note that.

Q.自分でも何に悩んでいるのかわからず、整理ができていません。

A 誰かに話すことで整理できたり、新たな視点で考えられるかもしれません。一度相談に来ていただいて、何に悩んでいるのか一緒に考えましょう。

Q.カウンセリング以外には、どのような活動を行っていますか？

A グループ活動、研究室プログラム、多留年学生の支援、休学・復学支援、カウンセリング室だよりの発行なども行っています。

ホームページやTwitterでお知らせしますので、ご確認ください。

●研究室プログラムは、下記よりお申し込みください●

<https://forms.office.com/r/OfCzTinFHD>

Q.どんな人が話を聞いてくれますか？

A 臨床心理士と公認心理師の資格をもった専門のカウンセラーがお話をお聴きします。現在、4名のカウンセラーが在籍しています。

<https://hoken.jimu.kyutech.ac.jp/counseling/index.html>

Q.開室時間は何時までですか？

A 平日の9時～17時です。

Q.相談の流れを教えてください。

A 以下のような流れになっています。

対面相談

Zoom相談

電話相談

①Webからご希望の日時とカウンセラーを予約してください。

②ご予約の日時に、保健センターにお越し下さい。

③時間になりましたら、担当カウンセラーが面接室にご案内します。

②ご予約の日時になりましたら、カウンセラーからお電話いたします。

※予約の際にご入力いただいた電話番号におかけしますので、お間違えの無いようお願いいたします。

②予約日時までに、ZoomミーティングIDとパスコードをメールでお知らせします。

③時間になりましたら、ミーティングルームにお入りください。

●メール相談の場合

①下のメール相談フォームから関連情報と相談内容を入力して送信してください。

<https://hoken.jimu.kyutech.ac.jp/counseling/soudan.html>

②カウンセラーが相談内容について返信いたします。

※1～3日以内（土日・祝日を除く）に返信が届きます。

※お急ぎの相談は、ページ下のweb予約を利用していただくか、保健センターにお立ち寄りください。

③返信が届いたら、メールでのやり取りをしながら、相談を受けます。

相談内容によって、対面・遠隔等の他の方法でのカウンセリングを提案することもあります。

Q.心理テストは受けられますか？

A 可能です。知能検査、性格検査、職業興味検査、様々な症状に関するスクリーニング検査等、複数の心理検査を準備しています。
初回でご希望の心理検査や知りたい内容を伺いますので、まずはご予約ください。

Q.精神科／心療内科など、医療機関を受診したいです。紹介してもらえますか？

A 必要に応じて、医療機関もご紹介いたします。病院に行きたいけど、どこにかかれ
ばいいかわからない、と悩まれる際には、一度ご相談に来て下さい。

Q.相談は一度だけですか？／相談の頻度はどれくらいですか？

A 相談回数に決まりはありませんので、在学期間中は何度でもご利用いただけます。
相談頻度は、1週間に1回、2週間に1回、月に1回など、学生とカウンセラーで
話し合っ決めて決めます。カウンセリングをいったん終了したり、中断しても、再開する
ことも可能です。

Q.卒業してからも相談できますか？

A 在学期間のみご利用いただけます。
卒業後は、必要に応じて相談機関や医療機関をご紹介いたします。

Q.心配な友だちがいます。どうしたらいいですか？

A ひどく落ち込んでいたり、やる気がなかったり、学校やアルバイトの欠席が続いて
いるような場合は、カウンセラーなどの専門家に相談してみるのも一つの手です。
心配していることを伝えた上で、「専門家にも話してみたら」と勧めてみたり、「一緒
に行こう」と誘ってみてください。
ご友人がなかなか相談に行けないという場合には、相談の勧め方や友人との関わり方
について、一度ご相談に来て頂いてもかまいません。

保護者

Q.保護者も相談できますか？

A ご子息の修学や学生生活など、本学学生のことであれば、保護者の方の相談もお受けしています。大学にお越しいただいても、Webなどの遠隔相談でも構いません。ご都合の良い日時をWebでご予約ください。

<https://hoken.jimu.kyutech.ac.jp/yoyaku/>

Q.子どもがカウンセリングを受けているか／どのような内容を話しているか教えてくださいか？

A 基本的に、学生さんの許可なく学生さんの利用状況や相談内容をお教えすることはできません。ただし、何か心配なことがあって利用状況や相談内容を知りたいのではないかと思います。学生さんの許可なく秘密をお話することはできませんが、対応と一緒に考えることはできますので、ご相談ください。

教職員

Q.心配な学生がいます。どのようにしてカウンセリング室を勧めたらいいですか？

A 本人が困っていそうなことや、先生がどういう理由で心配に思っているのかを伝えて下さい。先生とご一緒の方が安心されるようなら、ご一緒に来て頂けますと幸いです。どのようにして学生に保健センターを紹介するか、事前にご相談に来て頂いてもかまいません。

Q.教職員もカウンセリングを受けられますか？

A ご利用いただけます。学生のことだけでなく、ご自身に関する相談もお受けしております。より良い教育や研究、支援を行うためにも、カウンセリングをご活用ください。ご都合の良い日時をWebでご予約ください。

<https://hoken.jimu.kyutech.ac.jp/yoyaku/>