



顔を合わせて相談しにくい時には

高校生になると友人関係など対人関係の悩み、自分の体に関する悩み、勉強や進路に関する悩みなど様々な悩みが複雑化します。前までは親が解決してくれたり、問題があっても気づかなかったり、悩まないで済んでいたかもしれませんが、しかし、高校生になると問題が明るみになり、自分で判断して解決しなければならぬことが多いようです。

そんな皆さんは悩みの解決はどのようにしていますか？今までの経験を活かしたり、偉人の考えを参考にしたりするかもしれませんが、人に相談することが多いかと思います。しかし相談したくても「顔を合わせて話せない」場合はどうすればいいのでしょうか？もともとシャイな人もいますし、内容によっては相談していることを知られたくないことだってあると思います。

そういった場合に有効な手段として電話相談やチャットによる相談という方法があります。電話やチャットだと、対面では話し辛いことも話せると思いますし、相談したい時に相談できます。もし利用したい場合は以下の情報を参考にしてみてください。

①24 時間子供 SOS ダイヤル(文科省) 0120-0-78310

子供のSOS全般に悩む子どもや保護者等が、いつでも相談機関に相談できるよう、夜間・休日を含めて24時間対応可能な相談体制を整備しています。

②子どもの人権110番(法務省) 0120-007-110

「誰に相談していいかわからない」など苦しみを抱えていたら、どうしたらいいか一緒に考えてくれます。相談内容の秘密は守ってくれます。

(受付時間 平日午前8時30分から午後5時15分まで)

③チャイルドライン(NPO法人 チャイルドライン支援センター) 0120-99-7777

「子どもの権利条約」の理念を大切にして相談に応じている団体です。チャットで相談もできます。

