

# ココカラ相談フォーム（ココロとカラダの相談フォーム）

このフォームは、あなたの心と体の悩みや不安、困りごとに寄り添うためのフォームです。

あなたの悩みや不安を、ココカラ（このフォームから）少しでも解消していきましょう。

\* 必須の質問です

---

1。 メールアドレス \*

---

2。 1. あなたの学年を教えてください \*

1 つだけマークしてください。

☐ 7 年生

☐ 8 年生

☐ 9 年生

3。 2. あなたのクラスを教えてください。 \*

1 つだけマークしてください。

☐ 1 組

☐ 2 組

☐ 3 組

☐ 4 組

☐ 5 組

4。 3. あなたの名前を教えてください。 \*

---

5。 4. 不安や悩み、困りごとは、心と体のどちらに関するかどうか。(複数回答可)

当てはまるものをすべて選択してください。

☐ 心 (5 番・7 番の質問へ)

☐ 体 (6 番・7 番の回答へ)

5. 心に関する不安、悩み、困りごとについて、少し詳しく教えてください。(複数回答可)

6。 5－1【自分に関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ 自分の性格に関すること
- ☐ 自分の生活習慣に関すること
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

7。 5－2【友人等との人間関係に関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ ケンカや誤解により関係が悪くなったこと
- ☐ うまく人間関係をつくることができないこと
- ☐ 自分だけ周囲になじめないでいること
- ☐ 集団の中にいるとつらくなったり苦しくなったりすること
- ☐ さまざまな事情により、人と言葉によるコミュニケーションがとりづらいこと
- ☐ SNSやオンラインゲーム等で知り合った人とのこと
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

8。 5－3【恋愛や好きな人に関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ ケンカや誤解により関係が悪くなったこと
- ☐ 好きな人に振り向いてもらえないこと
- ☐ 交際相手等に自分の望まないことをされたり要求されたりすること
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

9。 5－4 【いじめに関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ 肉体的いじめ（暴力等）を受けていること
- ☐ 精神的いじめ（言葉・無視・SNSへの書き込み等）を受けていること
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

10。 5－5 【家族との人間関係や家庭に関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ 家族から嫌なことを言われたり、されたりすること
- ☐ 家族の世話や家事のために苦労していること
- ☐ 家族間の仲が悪いこと
- ☐ 家庭の経済状況等により、自分の希望がかなわないこと
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

11。 5－6 【勉強や成績に関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ 頑張っているが、成績が伸びないこと
- ☐ 頑張る気はあるが、勉強の仕方がわからないこと
- ☐ 頑張る気になれないこと
- ☐ 授業中気が散ってしまい、集中力を保てないこと
- ☐ 授業中、黒板などに書かれたことをノートにうつすのが苦手なこと
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

12. 5－7 【進路や将来に関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ 進路選択に迷っていて、決められないこと
- ☐ 自分の希望と周囲（親など）の希望が違うこと
- ☐ 希望どおりの進路（将来）を実現できる可能性が低いこと
- ☐ 自分の将来像が描けないこと
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

6. 体に関する不安、悩み、困りごとについて、少し詳しく教えてください。（複数回答可）

13. 6－1 【自分の外見や身体的特徴に関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ 身長や体重に関すること
- ☐ 顔立ちに関すること
- ☐ 体の発達に関すること
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

14. 6－2 【自分の健康状態に関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ 病気やケガ、アレルギー、障害等に関すること
- ☐ 食生活や栄養状態に関すること
- ☐ 生理に関すること
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

15. 6－3【性に関すること】

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ 性自認（自分の性別のとらえ方）に関すること
- ☐ 性的指向（自分の好きになる性別）に関すること
- ☐ 交際相手や知人との性行為に関すること
- ☐ 性暴力（同意のない性行為や身体接触、裸の写真撮影など）に関すること
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

16. 7. 上記5か6で答えた内容について、どうしたいですか。

1つだけマークしてください。

- ☐ 誰かに相談したい。（8番の質問に答えてから送信）
- ☐ 今は相談しなくていいが、知っておいてほしい。（このまま送信）
- ☐ 今は相談しなくていいが、SBSルームを使用したい。（このまま送信）
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

17。 8. 誰に相談したいですか。

当てはまるものをすべて選択してください。

- ☐ 養護の先生
- ☐ 担任の先生
- ☐ 担任以外の先生
- ☐ S C (スクールカウンセラー)
- ☐ 校長先生
- ☐ S B S ルームのスタッフの方
- ☐ 学校以外の専門機関
- ☐ その他: \_\_\_\_\_

18。 9. その他、何か伝えたいことや知っておいてほしいことがあれば、書いてください (なければそのまま送信してください)。

---

---

---

---

---

---

このコンテンツは Google が作成または承認したものではありません。

Google フォーム