

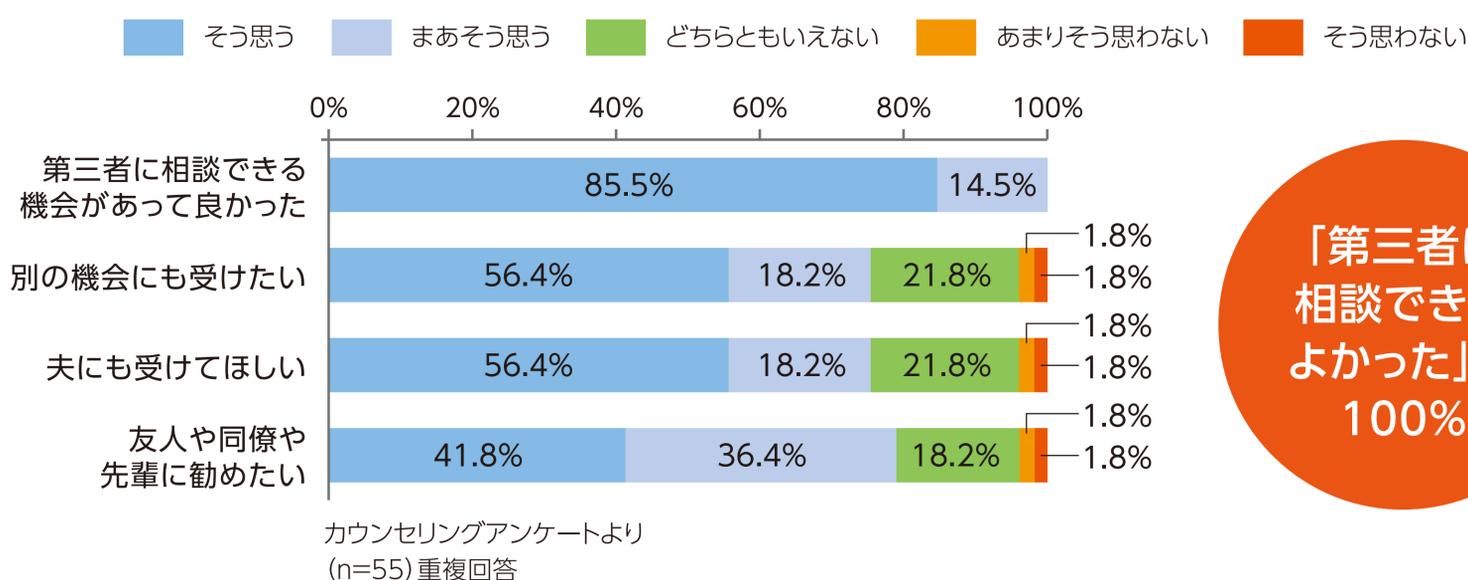
カウンセリングの効果 その1

「話を聞いてもらって、スッキリした!」

話すことで自分自身を客観的に見ながら考えを整理することができ、それまでぼんやりとしていた未来の目標が見えてきたようです。

- 「私のグダグダな話をじっくり聞いていただき、本当に心がすっきりしました。強くなろうと思います。ありがとうございました」(30歳・正社員)
- 「とても穏やかに話をきいてくださって、以前からの知り合いのように何でも話すことができました。いただいた言葉はこれからの自分の力になりそうです。カウンセリングを受けてよかった。ありがとうございました」(29歳・正社員)
- 「自分だけで考えるのではなく、ときには専門家の意見を聞くことが必要だと思った。自分では考えつかない視点で現状を見つめ直すことができ、カウンセリングを受けてよかった。しっかり話を聞いて共感してもらえたのがうれしくて、前向きにがんばる気持ちが出てきた」(29歳・パート)
- 「ありがたい気持ちを常に持つということを思い出させてもらいました。ぼやーっとしていた自分の未来の目標が見えたことで日常がイキイキとしてきました。本当にありがとうございました!」(29歳・主婦)

カウンセリングについてどう思いましたか?



「第三者に相談できてよかった」が100%