



# 家庭生活相談

## 家庭生活カウンセラー

- ◇ 相談日 毎週月曜・水曜日
- ◇ 相談時間 午前10時～正午 / 午後1時～4時
- ◇ 相談方法 面談・電話（面談優先となります）

相談内容はさまざまですが、夫婦の仲、家族や近隣との人

が多いのですか？

相談内容はどのようなものが多いのですか？

研修では、施設見学や演習に加えて、心理学・家族福祉論・精神医学・育児や保育論などについて、専門家から幅広く学びます。

私たちは、社団法人北海道家庭生活総合カウンセリングセンターで、1級の認定を受けたボランティアです。同センターの研修とカウンセラー養成講座を受講し、資格を取得しています。

家庭生活、生き方、近隣関係、育児、夫婦関係・・・日常生活上のさまざまな悩みの相談にに応じている、家庭生活カウンセラーの皆さんにお話をお聞きしました。

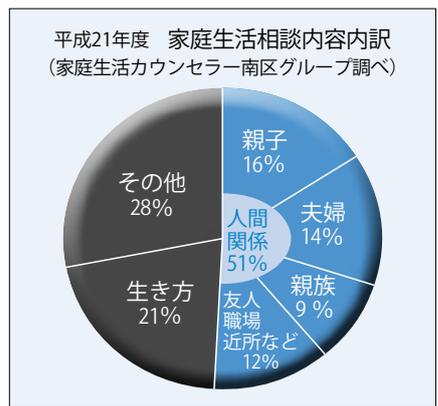
家庭生活、生き方、近隣関係、育児、夫婦関係・・・日常生活上のさまざまな悩みの相談にに応じている、家庭生活カウンセラーの皆さんにお話をお聞きしました。

相談内容はさまざまですが、夫婦の仲、家族や近隣との人

が多いのですか？

相談者の悩み事を聞くときは、どのようなことを意識していますか？

相談者の悩み事を聞くときは、どのようなことを意識していますか？



▲「今できること」を一緒に整理していきましょう

もし、今誰にも打ち明けられずに悩んでいることがあるなら、その解決方法を私たちと一緒に考えてみませんか。

悩みを解きほぐし、「今一番悩んでいること」にたどり着くお手伝いをするのだと考えると、話していくうちに見えてくるものがあります。本当は何が一番問題であるのか、自分はどうしたいのか、そのためには「今」何ができるのか、それらを一つ一つ整理することで、自分の中の乗り越える力に相談者自身が「気付く」ことが、問題解決につながっていきます。