

☆オレンジ通信☆

《 カウンセリングについて 》

I. カウンセリングって何？

日常生活で困ったことがある時に、じっくりと時間を取って解決策を考えるための手段です。人間関係について困っている、自分の生き方について困っている、病気について困っている等の時に、少しでも改善する方法は無いか、カウンセラーと共に時間をかけて考える作業をすることです。ただし、お金の困っているとか、住むところが無いとか、そういった現実的な手段についての相談はカウンセリングには向きませんので、初めの時点で、内容を吟味してから始めることになります。

II. 申し込みはどうすればいいの？

基本的には、診察の時、主治医・担当医に、カウンセリングを受けたいということをお話してください。診察で必要があると認められれば、手続きが始まります。カウンセラーと顔見知りの人は、直接カウンセラーに申し込んでもらって結構です。その後、お互いの都合の良い時間を設定して、そこから始まります。

III. どれくらいの回数受けるの？

特に、決まり事はありません。週に1回、2週に1回、月に1回と、色々なパターンがあります。また、期間についても、1回だけとか、何年も続けてとか、色々です。何回か受けてからしばらく止めて、また、始めるということもよくあります。お互いの都合もありますし、柔軟に決めてゆきます。

* その他、わからないことがありましたら、病院職員に気軽に質問してください。

☆ カウンセリングのスタッフ紹介 ☆

服部先生 : 映画鑑賞と阪神タイガースの応援と

ラーメンを食べに行くことが好きです(^▽^)

