

相談室のスケジュール 3月

心理学の話や心が軽くなるセルフワークのやり方も伝えています。

【 心のエネルギーについて 】

「やらなければいけないことがあるのにやる気が出ない」

「休んでも疲れが取れない。」

そんな時は心のエネルギーが無くなっているのかもしれませんが。

不安や恐れなど、マイナスのエネルギーで心がいっぱいな時も、動けなくなる場合があります。

新年度に向け、心をクリアにし、気持ちを軽やかに一步を踏み出せるよう話しませんか？ ※ **電話相談も可能です。**

家族や友だちなど身近な人に相談できない。

誰に相談していいか分からない時にもぜひ利用してくださいね。

16日(月) 17日(火) 18日(水)

●時間は、10時～17時です。

●場所は、1号館4F西端(階段の横)です。

●話したことの秘密は守られます。

予約できます。

(学校06-6623-0016にかけて、内線65番の相談室につないでもらってください。)

※保護者のみ、あるいは、保護者と生徒一緒の利用もしていただくと幸いです。