

岡山 EAP カウンセリングルーム メンタルヘルス ニュース



〒703-8520

岡山市中区浜 472

岡山 EAP カウンセリングルーム

発行責任者; 荒木潤子

Tel/Fax (086) 272-8116

<http://okayamaeap.jp>e-mail ; info@okayamaeap.jp

相談事例集

岡山EAPカウンセリングルームでは、仕事に関するご相談だけでなく、プライベートのご相談も受け付けております。

事例1 子どもが学校に行きたがらない

友達の輪に入れず小学校1年生の娘が学校に行きたくないと泣いています。どうしたらいいのでしょうか？

対応

お母さんが友達の輪に入れない状況をもう少し聞き、お母さんが考える輪に入れる工夫を提案してみましょう。娘さんがチャレンジしてもよいと思えるものがあれば、実際にやってみましょう。

事例2 彼との食事代

最近、彼氏と食事に行くと、いつも私が代金を払う羽目になってしまいます。

対応

彼氏に直接、食事代の件を聞いてみることを勧めた結果、「彼女のほうが収入が多いため、甘えてしまっていた。これからは気をつける」という話になりました。

事例3 飲み会に誘われる

毎日のように仕事が終わると上司に飲み連れて行かれます。行くのが嫌なわけではないですが、たまには家でゆっくりしたいと思います。

対応

上司に誘われたときに、家で用事があることを伝え、飲み会の誘いを断ってみましょう。それでも駄目な時は次の方法を考えますので、再度連絡ください。

事例4 物忘れ

最近、義父の物忘れがひどく、突然わけの分からないことを言い始めます。認知症でしょうか？

対応

インターネットの認知症のサイトで物忘れチェックをやってみてください。認知症が疑われた場合は、物忘れ外来の受診をしましょう。

この他にも、さまざまなご相談をいただいております。お一人で悩まずに、お気軽にご相談ください。

お年玉クイズの当選者が抽選で確定いたしました。これから、お届けします。また、当選しなかった方にも粗品をお届けしますので、楽しみに待っていてくださいね！



