

こころが整う30分 匿名制の福利厚生心理相談サービス

スマホの中の **マイ** カウンセラー



プラットトークス

PIATTALKs

カウンセリング事例

話して
安心

職場の人間関係が
つらい



お悩み

新しい配属先が少人数で、その場にはいない人の悪口を言う人がいる。自分も陰で言われているかもと不安で気が重い。相談できる人もおらず、眠れない日々が続いている。

カウンセリング

まず、相談者の睡眠・食事の状況を振り返り、心理面での健康状態を客観的に把握することで、自覚できていなかったストレスに気づいた。カウンセラーと話す中で、自分と同じような人がいること、指導担当の先輩に相談できることに気づき、自分一人で思いを抱えないようになった。

心の
整理

家庭との両立が
苦しい



お悩み

第1子を出産後、1年の育児を経て職場復帰したが、子どもが熱を出し保育園からの呼び出しがしばしば。ただでさえ時短勤務で肩身が狭いのに、早退したいと言いつらい。

カウンセリング

悩みを話すうちに「仕事も家事も完璧にこなしたい」「良い母親でありたい」という相談者の思いが明らかに。カウンセリングを通して、自らのポリシーを大切にしつつ心理的負担を減らすべく、仕事や家事を細分化して優先順位をつけ、家族や同僚の一部を任せられるようになった。

能力
再発見

もっとキャリア
アップしたい



お悩み

営業職で15年。社内でもそれなりの評価を受けてきたが、実は人付き合いにはストレスを感じやすく、疲れてしまった。自分の適性に合ったキャリアアップをしたいが転職するしかない？

カウンセリング

カウンセラーと話す中で、相談者はスケジュール管理能力において長けており、本人も自信を持っていることがわかった。はじめは違う職種への転職も検討していたが、その前にまずは社内の管理職試験を受け、現場に出る部下をマネジメントする立場についてはどうかという選択肢が生まれ管理職試験にチャレンジすることに。

全員有資格者！プロフェッショナルな心理師たち

公認心理師・臨床心理士

カウンセラー歴 30年以上

約4万件のカウンセリング歴。教育・医療・産業分野に対応。中年の危機、結婚、出産、人間関係、家庭問題などさまざまなカウンセリング経験をもつ。



公認心理師、
キャリアコンサルタント

カウンセラー歴 20年以上

経済学部卒業後、大企業に20年以上勤務。病院、ハローワーク、自治体、刑務所など数多くのカウンセリング施設の経験あり。



公認心理師・臨床心理士・
産業カウンセラー

カウンセラー歴 20年以上

スクールカウンセラー（小・中学校）、大学の相談室、企業の相談室に勤務歴あり。キャリアとメンタルのカウンセリング室を開設し、キャリア形成カウンセリングが強い。



海外
OK

24時間
365日予約受付

オンラインだから24時間365日いつでも予約ができて、どこでも使える

安心

国家資格

国家資格公認心理師(臨床心理士)だから安心できる

コンサル

労働環境改善

研修、労務環境整備、組織改善コンサルティングも可能 ※オプションサービス

はじめにこの
法人コードを
入力するよ



アプリをダウンロード!

今すぐ予約できます



使い方はコチラから!

かんたん3ステップ



これってどういうコト?

よくあるご質問



運営会社



社会保険労務士法人プラットフォーム

Platworks

お問合わせ・
資料請求

TEL: 03-5251-9111

mail: srinfo@platworks.jp

住所 千代田区永田町 2-17-17 アイオス永田町6F