

メンタルが落ちた

～心の健康相談 臨床心理士・公認心理師～

- 就活をスタートして数か月経つけど頑張り過ぎて無気力になった
- 焦って色々手をつけるけど何も進まなくてとても不安になる
- 人間関係で退職してから酷く落ち込んでいる
- 不安が強過ぎて就活がうまくいかない
- 自分についてもう一度整理をしたい
- 就活を始めてからメンタルが不安定になった

など、いつもの自分と違うと感じたら、今の状態を窓口相談の時に教えてください。

“心の健康相談を受けたい”と伝えていただいてもいいです。

一度来所して相談をしていただいてからのご予約となります。

一人5回まで無料で利用することができます。

今の自分の状態はどうなのか？

今後どうしたらいいのか？

何ができるか？を一度専門家に相談してみませんか？

※長期間継続的に行うカウンセリングではありませんのでご了承ください。

※就職支援ナビゲーターと連携をしてみなさんの就職活動の支援を行います。

埼玉新卒応援ハローワーク
ナビゲーターからの一言