

# Rainbow Room

セルフカウンセリング

April 2023

- 1 あなたにとって良い人間関係とは？
- 2 いつも一緒にいて欲しい人は誰ですか？
- 3 4月の楽しみなイベントは何ですか？
- 4 あなたがいつも気にかけている人は誰ですか？
- 5 あなたにとって悪い人間関係とは？
- 6 あなたと一緒にいて楽しい人はどんな人？
- 7 あなたが苦手なタイプは？
- 8 あなたのことを大切にしてくれる人は誰？
- 9 新しい環境には慣れましたか？
- 10 あなたと一緒にいたい人はどんな人？
- 11 最近ぐっすり眠れていますか？
- 12 あなたが感情的になってしまう人はどんなタイプ？
- 13 あなたに元気をくれる人は誰ですか？
- 14 あなたが幸せになって欲しいと願う人は誰？
- 15 あなたの気分転換はみんなで行う？それとも一人で？
- 16 一緒にいて幸せな気分にしてくれる人は誰？
- 17 あなたが尊敬する人は誰？
- 18 あなたの相談相手はどんな人？
- 19 あなたが親切にしたいと思う人はどんな人？
- 20 苦手な人と話す時、あなたはどんなことに気をつける？
- 21 先月の楽しい思い出は何ですか？
- 22 あなたの良き理解者は誰？
- 23 あなたが相談するとしたら、まず誰に話す？
- 24 あなたの親友はどんな人？
- 25 あなたが眠れない理由は何ですか？
- 26 あなたの憧れの人はどんな人？
- 27 旅行に行くならまず誰を誘う？
- 28 誰にでもなれるなら、あなたはどんな人になりたい？
- 29 あなたがどうしても許せない、人の言動は何？
- 30 あなたの味方は誰ですか？
- 31 今、一番感謝したい人は誰ですか？