体験１０００時間　臨床・カウンセリング体験　　　　　　　　　　　　　R　　　　年　　　月　　　日

**Ｃ系Ｇ系　コーピング感想レポート**

　第　　　　班　　主専攻：　　　　　　学生番号：　　　　　　　　　　氏名：

１．ストレスだなぁと感じることは、どんなことがありますか？

２．そんなとき、こころ(気分)やからだ(身体反応)はどんな風になっていますか？

３．コーピングレパートリーのリストを作成してみ、どんなことに気づいたり考えたりしましたか？

４．今回のセッションの感想（自由に）

　教員印