



第 21 号平成 29 年 9 月 1 日発行

いつまで続くのこの暑さと思いながらも、陽射しや風の熱さが和らいできたなと感じる今日この頃です。もう秋ですね。

カウンセリングセンター **ぐちり庵** を七城町に開設し、お陰様でこの 9 月 1 日で丸 2 年がたちました。皆様の中に **ぐちり庵** の名前が少しでも浸透しているといいなと感じています。カウンセリングについては、まだまだ説明不足のところが多々あり、皆様の十分なご理解を得られていないようにも思っています。これから迎える 3 年目は、少しずつでもカウンセリングに対するご理解を得られるように、分りやすく発信していきたいと思ひます。そして、必要な時に気楽に安心して相談に来ていただけるそんな場所にしていきたいと思ひています。

もし **ぐちり庵** に興味をお持ちの方、あるいは「こんなことでも聞いてくれるのかな。」と思ひている方がおられましたら、ほんの少しだけ勇気を出して事務所のドアを叩いてみませんか。

これから夏の疲れが出やすい時期です。十分な休養、栄養補給、適度の運動を心がけて、心身ともに健やかに過ごしていきましょう。

代表 園田照子

声

老いていく自分の身体に焦りを感じ、「病は気から」ともいうので、気持ちの向きを前向きに変えたかったから、ぐちり庵のカウンセリングを受けようと思ひました。
(50 代女性カウンセリング後のアンケートより)



～エピソード集より～

母、3 歳児に叱られる！

長男が 3 歳の頃、きっかけはなんだったのか思い出せませんが、感情的に長男を怒り飛ばしたことがあります。

長男は、びっくりした顔で何か言いたそうでしたが、その場を立ち去りました。私は、理由も聞かずに長男に怒りの感情をぶつけてしまった自分への情けなさ、怒らせた長男への怒りを治めようとしながら、手荒く買い物袋を片付けました。

15 分くらいたち、私の気持ちも治まり「あーあ…」と、家事を始めようと立ち上がった時、長男がとことこやってきました。「母ちゃん。ちゃつき (さつき) なんて怒ったと？ぼくは、母ちゃんが怒るようなこと言うたらんよ。母ちゃんは、いちゅも (いつも) 人の話はちゃんと聞かなんて言うけど、ちゃつき (さつき) はぼくのはなち (話) 聞いてらんだったよね。」

「ええええええー！何？何？何？どうした？

どうした？どうした～!？」と思ひながら、幼い息子を見つめた私。「そうそう、いつも言っている。『人の話はちゃんと聴きなさい。』と。」と思ひたとき、長男が間髪入れずに言いました。「わかっるとど？どがんせなんと？」「ごめんなちゃい (ごめんなさい) でちよ！ (でしょ!)」私は、「確かに。ごもっとも。」と納得してしまいました。そして、瞬間湧き上がった感情をおさえられずに長男を怒り飛ばしたことを白状し、素直な気持ちで謝りました。

あらためて、長男の話を聴いてみると、どこにも怒る要素はありませんでした。ただ単に、「あれもなければ、これもなければ。」と、余裕をなくしていた私の感情の問題だったのだと、幼い息子に教えられました。子どもって身体は小さいけれど、大人の言動をよくみて、判断しているのだなあ気づかされました。カウンセリングの勉強を始めたころのお話でした。

◆事務長つれづれ日誌◆西合志に嫁ぎはや 27 年の月日が経ちました。嫁いできた当時は、たくさんの「しきたり」や季節の行事の多さに驚きました。受け入れることも出来ず、慣れることにも何故か抵抗があり、よく怒っていました。お盆の親戚の集まりが一番気が重く、掃除、料理、接待、片付けと、「何の意味があるんだ！」と、怒り心頭でやっていたように思ひます。振り返ると、随分と無理をしていた自分に気づきます。出来ない事は出来ないと言えよよかったな～と。出来る事をやって一緒に楽しめればよかったなと思ひます。集まって楽しんでる顔をしっかりと見て、叔母さんたちの「ありがとう」を素直に受け取れば良かったな～と思ひます。ピンチの時に怒りだすというのが私のパターンだったと気づけたのはカウンセリングです。今なら、たまには親戚が集まるのもいいなと思ひます。カウンセリングで生き方が変わりました。 大村幸江



料金表 (すべて税別)

基本料金：5,000 円 / 50 分

初回料金：5,000 円 / 100 分

出張料金：(追加料金)

ぐちり庵から距離 10km 未満 3,000 円

ぐちり庵から距離 10km 以上 30km 未満 5,000 円

カウンセリングセンターぐちり庵

代表 園田 照子

☎ 0968-41-6431 FAX 0968-41-6432

<http://www.guchirian.com>

info@guchirian.com

時間外予約 080-2797-4551



七城温泉ドームから熊本市方面へ 300M (県道 37 号線沿い)