

# CRC 通信

Mental-Health Sogo Kenkyujo Monthly Express



## 2008年11月の教室案内

心理学教室 10期生③ <熊谷教室>	11月12日(水)	13:00~15:00
心理学教室 10期生⑩ <研究所>	11月15日(土)	10:00~12:00
心理学教室 10期生⑯ <研究所>	11月1日(土)	17:00~19:00
心理学教室 9期生⑳ <研究所>	11月7日(金)	13:00~15:00
心理学教室 8期生㉑ 佐久教室	11月9日(日)	15:00~17:00
心理学教室 8期生㉒ <研究所>	11月7日(金)	10:00~12:00
初級カウンセラー養成講座 10 <研究所>	11月1日(土)	10:00~16:00
中級カウンセラー養成講座 9	11月8日(土)	13:00~16:00
上級カウンセラー養成講座 9 <研究所>	11月22日(土)	13:00~16:00
ワークリーダー養成講座 20 <研究所>	11月15日(土)	13:00~16:00
心理教育研究会 <研究所>	11月23日(日)	12:00~15:00
交流分析(中級)講座⑨ 熊谷教室	11月12日(水)	10:00~12:00
交流分析講座⑧ 前橋教室 <研究所>	11月28日(金)	10:00~12:00
アサーション講座 ④ 佐久教室	11月9日(日)	10:00~12:00

★印は日程に変更があった講座についています。お確かめの上受講してください。

### ～ オープン講座 ～

どなたでも参加できる講座です

2008 宿泊ワークショップ	11月2日(日) 13:00 から
in 小野上温泉	～11月3日(月) 17:00 まで
佐久・生活心理学講座	11月9日(日) 13:00~14:30
前橋・生活心理学講座 <研究所>	11月28日(金) 13:30~15:00
熊谷・生活心理学講座	11月12日(水) 15:30~17:00
第7回 研究発表会	10月26日(日) 10:00~12:00
第8回 研究発表会	11月23日(日) 10:00~12:00
コーチング講座 初級クラス <研究所>	お問合せ下さい。

## お知らせ Information

### 1. 研究発表会のお知らせ

第7回 研究発表会が10月26日(日)に行われます。今回は…

**野村弘子研究員によるカウンセラーへの道 Part2 です。**

日程は、10月26日(日) 10:00~12:00です。参加無料です。是非ご参加下さい。  
※会場等の都合上、参加希望の方はご連絡をお願いします。

### 2. 宿泊ワークショップ締切間近！！

毎年開催の宿泊ワークショップ。まもなく締切になりますので、参加ご希望の方はお早めにお申し込み下さい。

日程：2008年11月2日(日)～3日(月・祭日)  
費用：19,800円(消費税・宿泊費・食事代・材料代・全て含む)  
会場：群馬県小野上温泉 SUNおのがみ

#### 湯澤建一所長の講演情報

日時：11月18日(火)午後～ 会場：JA 佐久浅間「元気塾」参加：関係者

### 今月の研究所推薦図書

#### なるほどの対話

河合隼雄、C・吉本ばなな 著 日本放送出版協会

ユング派心理学者と小説家が心を開いて語り合うNHKテレビで対談した番組の続編ともいえる対談集。日常生活のことが分かりやすく、人の心のありようを見つめた楽しみながら深い感動の湧く一書だ。



### 心の法則 ワンポイント

感情のこもらない簡素な言葉は人の心深くに届かない。大切なのは揺るぎない信念を持ってそれをイメージし、声に出してメッセージを伝えることだ。



言葉というのは心の思いを響かせて声をあらわすこと。言葉に魂をのせる。感情という皿にのせて伝えるということだと思おう。

昔から「言霊」という表現がある。そして「ことだま」が変化して「ことだま」に変化したという説もある。人に向かって発した言葉は必ず自分に返ってくる。人にやさしい、温かい言葉を常に使っていきたい。

自分を認め、自分を大切にできる人のみが人を癒すことができるのだと思おう。

## 21世紀のチャレンジャー

まじめで純粋を絵に描いた様な好青年。三年前に初めてお会いした時の印象でした。ふれあいが深まるにつれ、明るくユーモアのセンスを持ち合わせた強い信念をお持ちで人の役に立ちたいという思いに満ちあふれ、将来の大きな夢にむかう情熱家。そんな桑原さんに周囲からの期待も大きい。

皆様、はじめまして。心理学科10期生の桑原一と申します。私は、叔父からの紹介で湯澤先生と出会いました。

湯澤先生の心理カウンセリングも約2年1か月受けています。カウンセリングの初めの時期は、1、2度恐怖心で体がブルブル震えてしまう症状が出てしまったこともありましたが、おかげさまで回復し、この頃はカウンセリングを受けることが楽しくなりました。どうもありがとうございました。先日、熊谷での「ワークショップ」に参加しました。ウクレレを弾きながら歌をうたいました。とても楽しかったです。

最後にこの場所を教えてくれた伯父さん、苦しい時に支えてくれた両親に心から感謝します。どうもありがとうございました。



10期生 IDNo.0316 桑原一

### CRC 伝言板 コラムスペース

#### カウンセラーという仕事」その1

お元気ですか。今回は『カウンセラーという仕事』について、お話しします。

『心理学』を学ぶ、動機は人それぞれですが、『自分に、人に、役に立てたい・活かしたい』という志があると思います。私自身も、『自分が成長し、誰かの成長のお手伝いをしたい』『カウンセラーになる』と決めたのは、心理学を学び、カウンセリングをうけて、『自分の内なる変化』に気がついたときからです。振り返ると、夢中でした。何かを埋めるように学んでいた時期でした。

心理カウンセラーになって、4年目になりました。現在は地元の中学で、相談員をしています。他、個人・グループ等のカウンセリングも行っています。(4年間の道のりは後日ということ)

カウンセラーという仕事は、『カウンセリング』は、基本です。どのようなスタイルで自分流を築くかは、課題の一つです。案外やってみると、クライアントの問題解決に走っている自分がいます。問題解決ではなく、『援助・サポート』です。カウンセラーを目指している皆さん、スーパービジョン等での、自己研鑽をお勧めします。

『クライアントの中に問題解決力・課題解決力がある』これは、カウンセラーの原点復帰視点です。カウンセリングの目的は、『自己決断・自己決定・自己変容・主体変容』です。表現は様々ですが、『人生は自分で決める・幸せに生きる力を育む』お手伝いです。

カウンセリングは、個人カウンセリングの時と、チームの要請で行う場合があります。私の場合、学校にいますので、校長先生・学校側の意向も汲み取りながら、行う必要があります。カウンセリングが潤滑油となり、成長の上昇スパイラルが築けるよう、日々奮闘中です。カウンセラーのオリジナリティとして、プラスアルファの何かを身につけることも大切です。例えば、音楽・芸術療法など・私は、ワークが大好きなので、講義等も、ワーク形式に構成します。他、自分発信を心掛けることも大切です。自分が楽しめるものがないですよ。

なによりも、心理学を学んだことは現場に出た時、自信となります。(では、次回まで)

のむら ひろこ  
研究所認定カウンセラー 野村 弘子



— ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合わせ下さい —

↓↓各種セミナー・講演依頼・心理相談・心理カウンセリングご予約等随時受け付け中↓↓

### メンタルヘルス総合研究所

371-0804 群馬県前橋市六供町 1152-2 TEL 027-265-5675 FAX 027-265-5542

Mail : [info@mental-life.jp](mailto:info@mental-life.jp)

H P : [www.mental-life.jp](http://www.mental-life.jp)

QRコード対応の携帯電話でこのコードを写すと、メール作成画面になります。詳しくは、お使いの携帯電話端末の説明書をご覧ください。

QR Code

