



CRC 通信

Mental-Health Sogo Kenkyujo Monthly Express



SCHEDULE
April 2010

2010年4月の教室案内



心理学教室 ③ <研究所>	4月 2日(金)	13:00~15:00
心理学教室 ⑮ <研究所>	4月 2日(金)	10:00~12:00
心理学教室 ⑳ <研究所>	4月 17日(土)	10:00~12:00
アサーション講座(初級)② <研究所>	4月 25日(日)	13:00~15:00
アサーション講座(中級)② <研究所>	4月 10日(土)	10:00~12:00
初級カウンセラー養成講座 1<研究所>	4月 24日(土)	10:00~16:00
中級カウンセラー養成講座 2<研究所>	4月 3日(土)	13:00~16:00
上級カウンセラー養成講座 1<研究所>	4月 10日(土)	13:00~16:00
交流分析講座(初級)② <研究所>	4月 3日(土)	10:00~12:00
交流分析講座(中級)② <研究所>	4月 25日(日)	10:00~12:00
初級カウンセラー養成講座 1<研究所>	4月 24日(土)	10:00~16:00

※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

前橋・生活心理学講座 <研究所> 4月 23日(金) 13:30~15:00
受講料：1,000円

お知らせ Information

1. 湯澤所長の講演情報

・2月20日に JA 佐久浅間にて湯澤所長の講演がありました。
支部大会内講演「こころの整理であしたを元気に」



ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

・各種講演、セミナー、研修会等ご希望がありましたら、お気軽に事務局までお申し付けください。

2. 4月スタートのカウンセラー養成講座ご案内

認定カウンセラー資格取得可能!

初級カウンセラー養成講座 第1回 4月 24日(土)~

日程：毎月第4土曜 10:00~16:00 会場：研究所

入学金 50,000円 受講料 全 12回 120,000円(消費税、テキスト代等込)

※IDNo.取得者入学金 30,000円 受講料 全 12回 100,000円(消費税、テキスト代等込)

上級カウンセラー養成講座 第1回 4月10日(土)~

日程：毎月第2土曜 13:00~16:00 会場：研究所

受講料：全 12回 60,000円(消費税、テキスト代等込)

各講座とも年1回の募集です！受講をご希望の方はお早めにご連絡下さい。

今月の研究所推薦図書

「人を動かすコトバ」

中谷彰宏 著 実業乃日本社

コトバに対して言葉をいかに込めていくかという所に焦点をあて、普段なげなく目にしているコトバが非常に新鮮なものになり、ある意味で身近な世界観が変わります。普段、何気なく使っている言葉を根本から考え直してみようと思えるような本です。



心の法則 ワンポイント □

人に対して感じるあらゆるいらだちや不快感は
自分自身を理解するのに役立つことがある。

C.G.ユング (心理学者)

どうしてイライラしているのか、相手ではなく自分に焦点を当てて考えてみよう。もっと自分自身が寛大で、冷静で、優しく、思いやりがあればそうならないかもしれない。問題から学んで、自分の人間力を高めていこう。



山元章光コラムスペース

寒い気候の中で、心温まりました その1

心が、ホソワカと暖まる話題に矢継ぎ早に出会いました。

テレビでも、新聞でも何とはなしに見たり、読んだりしていることも多々あります。それが、見終わった後、読み終わった後に「あ〜、良かった。良いものに会ったな」と素直に思える時、なんとなく幸せな気分が包まれる事ってありませんか。こんな時って、何かほのぼのとしたものがこみ上げてきて、何となく嬉しいですね。そんなことが、つい最近重なりました。まず、朝、テレビを見てみると、毎朝八時半ごろから放送される番組だと思いましたが、ゲストで現役プロレスラーの夫妻が登場しました。ご主人は、体は大きいのですが、いつもニコニコ笑顔を絶やさず、そこに存在感を示しています。逆に力という意味合いは、太い腕に目が行った時くらいしか感じませんが、そちらに目がいかない位、優しい笑顔と視線なのです。奥さんはあだ名が「鬼嫁」とつけられているようですが、この人も笑顔の似合う朗らかな人でした。その二人に「結婚以後に惚れ直したことがある場合は○、無い場合は×を出して下さい」という質問が司会者から出されました。解答はご主人が×、奥さんが○。司会者をはじめコメントーター全員から「えーっ、浮気でもしたんですか」といういぶかしい声をご主人に一齐に注がれました。口下手なご主人は、汗で光った顔に「違う、違う」と手を振りながら「だって、結婚してからもズーッと好きなんですから」とサラリと答えたのです。今度は全員から「ウーっ、うらやましい」と歓声が上がりました。番組の中では、結婚後十五年くらいの年月があったというふうには理解しています。

その間、ずーっと奥さんを好きになり続けているんです。それを、はっきり言える。なんて正直で、いい人なんだと思いました。そして「本当にこの人と結婚したかったんだろうな」と僕自身も優しい気持ちになっていました。結婚してから、道場や寮を建てて、弟子をとる現在の状況に来るまでには、大変なご苦労もされたようです。最初の弟子をとる時には「二人で、毎晩、毎晩話し合いました」とも、語っていました。

「弟子に何にもしてあげられない。食事も家族と一緒に、寝るのも寮なんて無い。だから同じ屋根の下。でも、一つだけ、子供の靴下に穴が開いていたら、買ってやるでしょう。その思い、家族と同じようにしていけるんだら、この最初の弟子はとっても良いんじゃないかなー」ということになったんです。と懐かしむように語っていました。 …その2へ続く



山元章光さん

メンタルヘルス総合研究所、認定カウンセラーをご紹介します。



小野雄一郎カウンセラー

心理カウンセラーの小野です。若輩者ですが、介護・看護の現場で多くの方々の人生に寄り添って来ました。私自身、CRC 心理学科三期生として多くの仲間達と湯澤イズムを学びました。傾聴する事によってクライアントの心に寄り添うように。認知行動療法によって、少しでも気持ちが楽になるようにお手伝いさせていただきます。宜しくお願いします。

小野雄一郎。



中村節子カウンセラー

共依存を乗り越えカウンセラーになりました中村です。母は自分がいなければこの子は生きていけないと思ひ、子は私がいなければ母は生きていけないと思ひ。相手の事を思えば思う程、お互いを傷つけ縛りつけていく、こんなに思ひやっているのにどうして私を認めないのかと叫び合ひ、自分を見失って自己否定していく。相手の心も自分の心も見えない。まるで泥沼でもがけばもがくほど、深く落ちて行くような恐怖と苦しみの中、自分の居場所も目標もなくしていた。そのような時、湯澤先生のカウンセリングを受けることが出来、これが共依存であると知りました。先生の元で心理学、交流分析を学び自己受容が出来るようになって自分もカウンセラーを目指し、励んできて認定カウンセラーとなる事が出来たのです。見失った自分の心の軌跡を辿り自分を見つけ「自分の人生」を歩めるように同行できる、そんなカウンセラーでありたいと思ひます。中村節子

— ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい —

↓↓ 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

H P : www.mental-life.jp

QRコード対応の携帯電話で右のコードを写すと、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



CRC