

CHRニュース Vol.48

発行：CHR研究所

発行責任者： 小山田治子

〒223-0062 横浜市港北区日吉本町1-24-18-302

Tel 045-561-0777 Fax 045-561-0803

http://www.c-h-r.com eメール chr@c-h-r.com

初めがあれば終わりあり

小山田治子

私は1990年5月、多くの人たちから期待と祝福を受けながら、日吉に「都会のオアシス」としての役割を担うべくCHR研究所を設立しました。当時48歳でした。

あれから25年が過ぎ、今年の7月には25周年のお祝いの食事を開き、参加者の皆さんをはじめ、出席できなかった人たちからも祝福の言葉をいただきました。今振り返ると、始めた時は終わりのことなど何も考えていなかったように思います。当時の私は経済面は言うに及ばず、知識的にも技能的にも人間的にも自信のもてるものは何もありませんでした。おそらく慎重な人であれば、あれこれ考えて始められない位の状況でした。

夢はいっぱいありました。私の口癖でもある(人に言われて気づきました)「何とかなるわよ」精神で始めたのです。

「何とかになりました」と、今は自信を持って言えます。営業活動もせず、宣伝力もなく、仕事の依頼は全て口コミです。それができたのは、今まで関わりがあった皆々様からのお力添えのお陰です。

人と人との繋がり、不思議さ、素晴らしさをしみじみと味わっています。私の交友録の大半が仕事を通して出会った人たちです。仕事先での出会い、様々な勉強会での出会いがきっかけで個人的なお付き合いになった多くの人たち。その人たちのお陰で私の人生は素晴らしく

豊かなものになりました。

その中でも特に筆舌に尽くしがたいのが、杉溪一言先生との出会いでした。

講師として勤めていた企業研修の会社を家庭の事情で辞め、勉強の場と仲間を求めて行ったのが朝日カルチャーセンター横浜のカウンセリング講座でした。

杉溪先生に出会って33年経ちます。事務所を持つ以前から大倉山記念館で杉溪先生の「カウンセリング研究講座」を始めました。この研究講座で学んだ人たちの中から大勢のプロが育ち、現在各方面で活躍しています。

交流分析では、日本の第一人者である杉田峰康先生にお願いして「楽しく学ぶ交流分析」講座を毎年2回ずつ10年間続け全20回に渡って交流分析をわかりやすく指導していただき、交流分析の普及に一役買いファンが増えました。

研修講師の仕事も順調で、ピーク時の10数年間はスケジュール表が埋め尽くされ、出張も多く、研修の準備や資料作りで、就寝が1時2時は当たり前前の生活でした。

この間の10年間はNPO法人心の笑顔サポートセンターを設立し、皆さんにも活躍していただきました。

このように助走期間を経てピーク期間が続く、そして今終盤に入りました。2〜3年前からこの先の生き方、仕事の続け方を考えていました。私自身の年齢のこともありますが、夫も81歳になりました。以前会社を辞めた理由の一つが、嫁

として年老いた姑の面倒をみることでしたが、その時の姑の年を越しました。

2年前に2部屋だった事務所を1部屋に縮小しましたが、いよいよ来春事務所を閉鎖することを決断しました。日吉の商店街の店舗もこの間に随分変化を繰り返しています。それらも時代の変遷を表しているもので、いずれCHR研究所も閉鎖する時が来ると思っていました。

事務所は閉鎖しますが、お声をかけていただける間は仕事を続けます。今まで身につけてきた知識を活かしてお役に立っている間は楽しみながら活躍したいと考えています。

来春から自宅で過ごす時間のことを考慮して10月に自宅の転居も終えました。大変なエネルギーを使いましたが、いかはしなければならぬ大断捨離を終えてひとまず落ち着いたところです。

さて、今の私は増えるであろう時間の使い方を考えているところです。引越の際に昔買い込んだ書道教室の本や半紙を引き取って下さった書道教室の先生から「相当やっていますね。手伝ってください」と言われてその気になっています。昔取った杵柄が使えるそうです。そして、地域に顔なじみを作るために様々な講座の受講も考えています。

「都会のオアシス」皆さんが居心地の良い居場所と言って下さるCHR研究所に是非最後に一度おしやべりに来てくださいます。お待ちしております。

CHR研究所からのお知らせ

*紙芝居

○オリジナル紙芝居の販売

一人でも多くのお母さんに「交流分析理論」を知って頂き、心からの笑顔で子育てを楽しんでもらいたいという願いから作成した紙芝居です。

交流分析を使って子育て支援をしている方を対象に、オリジナル紙芝居の販売を始めました。

☆ストローク編

☆5つの私編



(各500円・2点以上は各400円)

ご注文・お問い合わせは事務局まで。他にも、アサーション、児童向けの(いじめ予防の紙芝居)があります。

○パワーポイントで紙芝居

講演会場のような広い場所で紙芝居を見て頂くのは難しいので、そんな時には、パワーポイントを使って紙芝居を観て頂くのはいかがでしょうか？事務局迄お問い合わせください。

○出張紙芝居教室

子育て中のお母さんを対象に、人間の基礎工事に当たる乳幼児にとつ

て、交流分析という無条件のプラスのストロークがどれだけ必要で大切な事かを知ってもらいたいという思いから、オリジナル紙芝居を作って活動を始めて10年が経ちました。今年は、3月と9月に実施致しました。

*小山田治子著書

☆「子どもの瞳が輝くために」
～母親目線の子育て論～
1500円＋税 カナリア書房

*心の笑顔電話相談

☆専用番号045(566)0875
(水・土) 午前10時～午後4時迄
但し 第2水 午前のみ

*祝祭日はお休み致します。

*事務所移転につき3月末で終了

*心の笑顔サロン(楽しい語り場です)

(第3木) 夜 7時～9時
参加費1000円
(第4木) 午前 10時～12時
参加費 500円

*どなたでも参加して頂けます。

*4月以降の開催は現在検討中

NPサークルの仲間たち

～会員の活動紹介～

*保育園の相談室

毎月定例で保育園の園児の親、職員、子育て広場関係者を対象にカウンセリングをしています。会員お二人の日頃の様子をご紹介します。

○府中担当カウンセラー Mさん

*スタート月日

(府中にじのいる保育園)

2004年6月から 12年目。

*カウンセリングルームの感想

保育園では、子育て中の母親や職員の方々の面接を行っています。子育てにストレスを抱える相談者が、思いを吐き出すことで表情が和らぎ、笑顔に戻ったとき。辛い状況にある方の、心の奥の力強い生きる力に触れたとき。と同時に私の思い込みの一つの枠が外れたときなど。いくつかの心震える場面と出会い、人間の素晴らしさやカウンセリングの奥深さに、改めて気付かされる今日この頃です。

*その他の活動や今後の抱負

民間の電話相談室の相談員として、暮らし全般や夫婦、親子など、人間関係の悩み相談に応じています。受け手としての在り方が問われるだけに、自身の内面と向き合うことを大切にしていきたいと思っています。

○練馬担当カウンセラー Tさん

*スタート月日

(大泉にじのいる保育園)

2004年4月から 12年目

(南大泉にじのいる保育園)

2012年6月から 4年目

*カウンセリングルームの感想

子育ての経験の無い私ができるかと少々不安に感じながらスタートしましたが、日頃の○○ちゃんのマ

マではなく、一人の人間として自分を振り返り自分を語れた時間はとても貴重だった、という言葉が支えになり、気がつくとも10年以上の月日が経っています。働きながら子育てする保護者の方の姿や、それをサポートする保育士さんの子どもの成長を願い迷いながらも真剣に子どもと向き合う姿勢に、お話を聴きながらいつも心の中でエールを送っています。

*その他の活動や今後の抱負

企業で働く人の相談やストレスチェックと小学校での相談員、そして研修講師をしています。どの仕事も、出会った人一人一人を尊重して、心が健やかで「心からの笑顔」でいられるお手伝いができたらと思っています。

*その他の会員の活動

キャリアコンサルタントとして若者の就職支援講座の講師をしているIさん、心療内科でカウンセリングをしているYさん、学童クラブで支援をしているIさん。CHR心の笑顔電話相談では、5名の会員が毎週土曜日の電話相談を担当しています。

仕事以外にも、CHR研究所で学んだ事を日々の生活の中で活かして、子育てや介護、地域でのボランティア活動の中で「CHRで勉強していて本当に良かった。助かっています」と言っている会員も沢山いらっしゃるのは、大変嬉しい事です。