

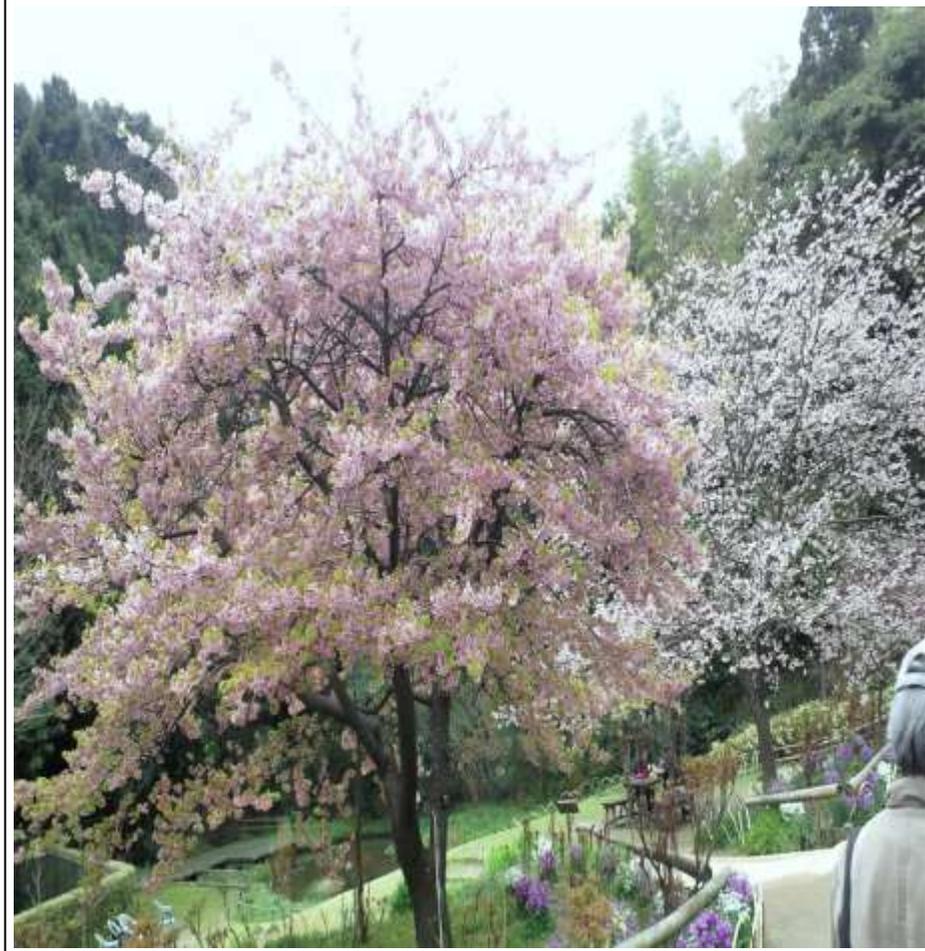
SELF HELP GROUP

Wendy²¹

ウエンティ21は障害のある人の社会参加を支援するグループです。

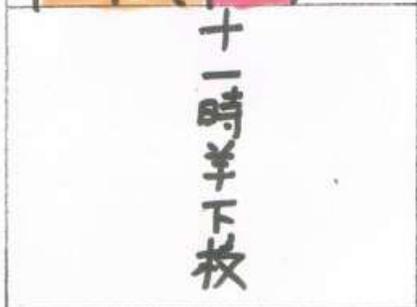
Photo by Toru Kiyonaga @昨日白の江植物公園に行ったよ。町内のウォーキングでした。

Posted 2013/03/17 (日)



筆箱

連絡帳



一歩ずつ

一歩ずつでも



前進だ

ソニーのブログより (<http://ameblo.jp/sony4644/>) 2013-03-05 14:41:18

kinoha-asakara-keitaide テーマ : 2013

きょうは k-pop の SHINee の MUSIC を携帯で聞いて、楽しく過ごしています。昨日は、凄くイライラしていたことが辛いなーと思い反省をしていますがこのような問題や出来事は、なるべく、WENDY にきて、朝から、イライラしないようにしましょう。どうしても悩みごとがあるときは、みんなで相談すること。もう終わってしまったことは、いちいち気にしていてもしょうがないので、忘れるようにすること。

ピア・カウンセリング 北九州市から委託を受けて、ピア・カウンセリング事業を行っています。ピア・カウンセリングとは、同じ障害を持つ仲間どうしで、情報を提供しあったり、体験を共有し、勇気づけたり、問題を解決する手助けを行うものです。平日の 11:00 から 15:00 までの最長 2 時間、月に 5 回まで無料で受ける事が出来ます。時間外や訪問も場合によっては、ご自宅、喫茶店、病院とかご自由な時間帯にやっておりますので、詳しくは、「093-383-3169」までお問合せ下さい。当事者だけでなく、ご家族のカウンセリングも行っております。
(担当 : 中西)

私が小・中・高の頃

YY

私が学生時代の頃は、とにかく辛い事だらけでした。友達も、あまり作り方が下手で、孤独な日々でした。数えられる位の程度で、何人かの人と接するのがやっとの事でした。勉強も普通にあまりついて行けず、周囲から、からかわれバカにされて、自分は、今思うと、発達障害ではなかったのだらうかと思ってしまう。それに、毎日、イジメにあり、嫌な日々でした。現在はスクールカウンセラーと言うのがいるらしいが、私が学生時代の頃からあって欲しかったです。その影響で精神をわずらってしまい、とても悔しくてはがゆくてたまりません。今、思うのは、それなりに負けないで頑張るしかありません。

波平です(編集後記)三月、お別れ旅立ちの季節を終え、さあ四月は新年度を明るく楽しく謳歌する時です。春先調子を崩しがちな人も、多いかもしれません。動植物は、にわかには活気づく季節です。人も動物。活気づいて活動を始めましょう。古い自分から脱皮して新しい自分のスタイルを作りましょう。他の誰とも違って、しかし他の全てに繋がって私たちは私たちの人生を今スタートさせましょう。ワシ個人的には、春の喧騒や、浮足立った事は苦手なので、ウエンディの裏方さんとして、毎年、四月、五月、六月頃まで、会計やら書類作りやら、大変な時期なのですが、表にそれを出さず、がんばって過ごして参りたいと思っています。YYさんの、それなりに負けないで頑張るしかない、同感です。入院中や冬眠中のメンバーも、自分の殻から脱皮するための休養期間と考えて、無理せず、ゆっくり静養して下さい。今、楽しめる事に没頭して、時にはぼおっと過ごしたり、夢見たり…。でもがんばれる人は、日常の人間関係や仕事、家事に手を抜いてはいけません。苦しいと感じたり嫌だと思ったりする事も多いと思いますが、楽しい、嬉しい事が起きた時のための味付け(スパイス)と思って、何とかやり過ごして下さい。結果が今ここにあって、目標に向かうプロセスがあって、再び結果が今、ここにある。その繰り返しです。結果の先にも結果がある。

問題は、苦しい今を、どう楽しむかです。ヒントは、環境にあります。繋がりましょう。愛と感謝で♡



<http://www.wendy21.jp>

発行平成 25 年 3 月 27 日 NPO 法人ウエンディ
地域活動支援センター ウエンディ本部
〒800-0043 北九州市門司区緑ヶ丘 10 番 19 号
Tel:093-383-3169 Fax:093-391-2167
E メール l wendy21@f2.dion.ne.jp