

# わかるはかわる倶楽部

平成25年 8月号

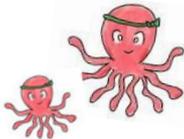


## “わからん”は かわらん

交流分析で有名な、E・バーンは、「他人と過去は変えられない」という名言を残しました。感情調節の難しい人は、この変えようのない他人に対して、期待を持って対応している傾向がみられることがあります。無理なことを期待するわけですから、変わらない現状を嘆いて、後は自分を傷つけるしかなくなってきます。すると、問題の所在は、自分ではなく、あくまでも相手だと思っ

ていますから、相手の何気ない行動も、自分の感情に従って判断します。こうして、人間関係の打ちこわしと感情の暴走の悪循環に入っていくのです。感情の責任は自分であるといったご当たり前なことを「わからん」は「かわらん」のです。

## 明石海峡のタコ釣り

- 期日：**9月1日(日)**
- 場所：明石二見港出航 
- 費用：参加人数で異なります。昨年は7000円程度  
※参加者が少ない場合、費用は高くなります。
- 日程 **5:00** 明石二見港 集合  
車で来られない方は、前日宿泊するなどして、阪神甲子園駅前(3:00)または明石駅前(4:00)までおいでください。  
参加者の車で行けるように手配します。  
**10:00** 頃には終了。

### ○申込〆切 **8月18日(日)**

#### ○持ち物 (釣り道具などは要りません)

- \*クーラーボックス(発泡スチロールの安いので構いません)
- \*板状の氷を入れておくこと(コンビニで売っています)
- \*軍手(ゴムのいぼがついてるもの)
- \*帽子(\*日焼け止めもぜひ!)
- \*酔い止め薬(船酔いしやすい人は特に!)
- \*朝ごはん(おにぎりなど酔い止め薬を飲む前に)
- \*雨具(天候の悪い時。但し船にテントは張られません)
- \*飲み物
- \*ビニール袋(タコを入れるための袋)

わからないことなどありましたらご連絡ください。

## 8月イベント

### 大阪ダックツアー

#### 水陸両用バスで巡る大阪観光

[旅行企画・実施/日本水陸観光株式会社]



○日時：**8月22日(木)** 13:15発  
所要時間90分(陸上60分、水上30分)

○集合場所：大阪梅田  
大阪新阪急ホテル1階北玄関内ロビー

○集合時刻：**12:45**

○料金：大人 3600円  
小学生以下 2300円  
2歳以下 600円

夏休み中につき、子ども参加可

※要予約のため、申込み後参加できない場合も、参加料金はいただきます。

○持ち物：雨の場合はレインコート持参

○申込〆切 **8月8日(木)**

○その他 この企画についての詳細は、下記へ。

TEL 06-6292-5465 (日本水陸観光株式会社)

<http://www.japan-ducktour.com>

または、**大阪ダックツアー** で検索

## アサーショントレーニング 実践編

◆日時 **9月15日(日)** 13:00~14:30

◆参加資格 理論編を終了された方

◆料金 3,000円

◆準備物 コミュニケーションの事例

些細なことであっても一向に構いません。

ちょっと困った事例があれば皆で語り合しましょう。

## 阪神カウンセリング・ラボ 梅田相談室

住所 大阪市北区鶴野町4-11 朝日プラザ梅田 910

電話番号 (06) 6147-2533 FAX (06) 6147-2533

E-mail [hanshin-cl@star.ocn.ne.jp](mailto:hanshin-cl@star.ocn.ne.jp)

<http://www.hanshin-cl.com/>

<http://www.wakaru-ha-kawaru.com/>

