

はじめに

若いころから、パートナー相談を受けることが多かったわたしに、ある一人の相談者でもあり、今となっては恩人でもある彼女からの一言「絶対それ、仕事にしたほうがいいよ」その後押しを受け、わたしのカウンセリングが本格的に始まりました。

パートナー相談であるカウンセリング実績を積みはじめたころ、わたしはあることに気づきます。お客さまのパートナー関係での悩みが、その方自身の母親が経験したネガティブな感情を母子連鎖しているようなのです。また、お客さまが第何子なのかによっても影響に違いがありました。母子連鎖の次は、両親の夫婦関係、そして次に父との関係の順に、その本人の課題が三角関係に表れるという法則性に気づいたのです。もともと医療職であったわたしが、お客さまの記録を日常的にジェノグラム図で記録していたことも、そこに気づけた理由であったと思います。

その母子連鎖についてさらに深く知見を得たいと、ある先生を探しだすことができました。家系学研究の第一人者小川敬先生です。その先生へ「家系学のデータを直接教えてほしい」とわたしの自己紹介

とともにお願いしたところ、快く了承してくださいました。

そこには家系のデータとともに、過去のわたし自身が経験し苦悩に向き合ってきた意味と裏づけがありました。それはがん、DV事件、子ども問題、そして離婚、長年にわたり向き合ってきた家族の苦悩への答えでした。今までの出来事の点と点がつながったことに驚き、そしてわたしたちの人生指針は、やはり父母のバランスと家系にあることを知りました。

両家分析から、離婚にもいろいろありますが、わたしが経験した離婚は家系メッセージ性がとても高い出来事だったということを小川先生から教わりました。

今現在は、この家系データを取り入れたジェノグラム分析とカウンセリング経験値をかけ合わせたオリジナルとしてお客さまへご提供しています。

世の女性が家族や対人パートナー、仕事、そして子ども、周りの人を幸せにできる愛し上手、育て上手、受け取り上手となれる女性性と、心の自立「心美女」カウンセラーとして、ジェノグラム分析カウンセリングとセッションでお手伝いさせていただく活動に励んでおります。

今後は、お客様からお声を頂きました、女性だけでなく男性にも受けていただけるカウンセリングも考えたいと思っております。

わたしたちの人生の基盤は、父と母という土台とシナリオでした。

「もし、普通だと思っていたじぶんの家族がじつは家庭機能不全だったのだとしたら」わたしたちは、育った環境という小さな閉鎖された組織の中で生きています。

毒母育ちケアラーであったわたし自身と、実母との関係不良であった元夫、その両家の母子関係を表在化した夫婦関係は離婚を機に、その後心の自立へと向かっていきます。

離婚自体が良い悪いという視点ではなく、わたしの人生と心を豊かにするための通過点であったこと、そして家系全体の気づきであったことを含め、この時代をワンちゃん1匹、子どもたち4人を抱えながらも生き抜いた「一つの女性の生き方・在り方」として、不安や苦悩、葛藤を抱える方のもとへ届けることができましたら幸いです。

そんなわたしは離婚後に、家族機能の立て直しと、子どもの問題を通して家系の課題に向き合うことで、子どもとともに幸せに向かい、役目を果たすことで愛を学ぶことができました。

また、出会いや仕事というじぶんを作り上げていくというチャレンジミッションを通して、今ようやく、わたしの第2の人生ステージを歩んでいます。

わたしの実体験の一部とカウンセリング経験のお話をお伝えしながら、現実社会を生き抜いた一つの

人生選択としてこの本に記します。

出会い関わってくださいましたすべての方に感謝を込めて……。