日頃から人の話を最後まで聞かないと指摘されることがあり、又、「くだらない話をしているな」と思って表面的な聞いている自分がいました。その態度によって、職場では人間関係に摩擦が生じる事度々ありました。というのも僕個人は世間話をしたいという思いが強くあり、他人の子供の話とかを毎回のごとく聞かされるのに対して、飽き飽きしていました。周囲の話題は常に他人の仕事の能力に対しての批判であり、いかに自分が他人より優れているかという自慢話ばかりでした。商売を職としている以上売り上げ利益を伸ばすことを意識しなければなりません。かしかしながらこのような環境の中で毎日仕事をすることに強いストレスを感じるようになりました。そのうちに、休日でも毎回のごとく職場から電話があり、ちょっと考えれば分かるようなことさえもわざわざ対応しなければならない始末。精神的にも気の休まることさえ出来ず、日々追い詰められるような気分になりました。転職しようか、しまいか、ほぼ毎日頭の中をよぎっていて、仕事が手につかない状態。このままでは日常生活もままならないところまできていました。

その時にオニオン心理療法に出会いました。

受診をすることによって、内省する習慣が身につきました。原因は幼少時代、学生時代からの苦い体験からだということが分かりました。垂に堀り下げていくことによって、自分が周囲にしたことやまは他人から受けたことなどがさまざまな要因が現実の問題を解くのに役に立ちました。

日々恐れていた人間関係や仕事に対する能力の問題に対して前向きに取り組めるようになったのは大きな成果だったと思います。周囲の人も自分の感情とがぶった時に同じ気持ちになんだなと、やりきれないけど頑張っているんだと知ることもあり、今の環境に腰を据えて取り組む覚悟が出来ました。世の中は人手不足な状態が続いています。僕自身、50才という年齢がすぐ目の前まできて体力の衰えを感じてはいますが、万一近い将来会社が倒産することになったとしても自分で食べていけるだけのスキルを身につけようと思うようになりました。