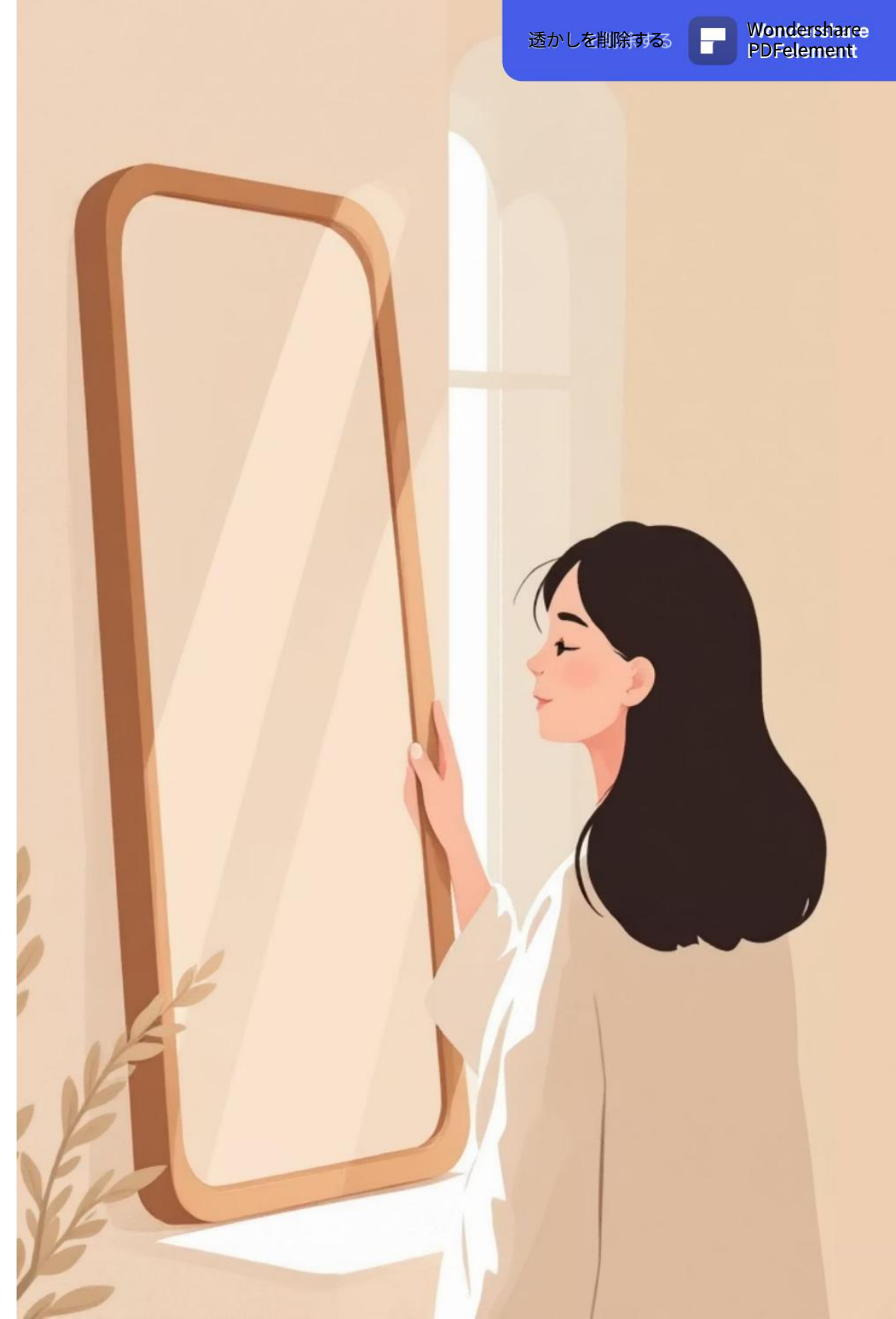


傷ついた自己とアイデンティティの回復

幼い頃 誰かの言葉一言で私の心が傷ついたことがあるのか？その経験が今の私の自我と
どんなつながりがあるか？一緒に傷ついた自我の回復とアイデンティティの変化について
調べてみましょう。





傷ついた自我とは？

プライドの低下

数値感や罪悪感に抑えられた自我

他人の依存

他人の視線、達成、認識に依存する「偽の自己」

自己否定

自分の価値と能力を否定し、劣等感に魅了



傷ついた自我の主な原因

親の批判的育成

「君はなぜそれしかできないのか」 -劣等感、自己否定形成

虐待と放任

関係的な安全感の欠如による自己障害

宗教的誤用

律法的罪による霊的萎縮と自己障害

世界の基準

パフォーマンス主義、比較、外観中心の価値観による歪んだ自己

神の形状回復

聖書の観点

- 創世記1 :27- 「神の形で人を創造する」
- コリ5:17- 「キリストの中にいるなら、新しい創造物」
- エペ1:4-5 - 「愛の中でわたしたちを予定しています。その前に聖なるもので、傷がないようにしよう」

キリスト教相談の目標

- 歪んだ自己を真実に矯正すること
- 自己イメージ→神の形で回復
- 偽りの信仰→みことばに基づく渋滞
城に切り替える

ケース分析

「私はいつも間違いだけです。誰も私を信頼していません」



幼年期の経験

父にいつも「お前は兄のようにできない」という言葉を聞いて成長



現在の行動パターン

教会でも奉仕を頑張るが、「認められるため」と告白



アイデンティティ回復が必要

神の視線で自分を見つめる新たな視点が必要

アイデンティティ宣言文の作成実習

「私は人々の基準ではなく、神の視線で創造された存在です。私は_____であり、神は私を_____と呼びます。」

1

例1

私は完璧である必要がない存在であり、神は私を愛する娘と呼ばれています。

2

例2

私は過去の失敗ではなく、恵みで生きていく者であり、神様は私をあなただとおっしゃいます。



許しと和解 - カウンセリングでの歯 ゆわ関係回復

講義目標

- 1許しのキリスト教的神学的意味を理解する。
- 2許しと和解が相談でどのような役割を果たすか説明することができる。
- 3実際の相談事例で許しと和解の適用方法を習得する。

許しが難しいと感じたときに経験した感情は何ですか？



許しの神学的意味と相談の重要性

神の許し

- 無条件、無限の愛と恵み
- エペ1:7, マタ6:14 -15

人間の許し

- 罪を解放し、傷から自由になる
- 罪の解決と分離して理解する

カウンセリングにおける許しの役割

- 内担者の解放と感情的な癒しのための必須コース
- 許せない場合、傷が繰り返され、差し出されると紛争が続く
- カウンセラーは、コンサルタントが許しの道を行くことができるように同行者の役割

和解の過程と相談の適用

内的許し

心の決定から始まる許しの第一歩

関係回復努力

会話と理解による関係回復の試み

信頼再構築

時間と一貫した行動による信頼回復

📄 許しと和解が必ずしも「関係の回復」を意味するわけではないかもしれません。

黙想と分かち合い

「お互いを許してください。主があなたがたを許してくださったように、あなたがたもそうです」 (エペソ4 :32)

「敵を愛し、あなたがたを迫害する者のために祈りなさい」 (マタイ5:44)

1

共有する質問1

私にとって許しが難しかった経験は何ですか？

2

共有質問2

相談者として許しと和解をどのように経験しているか？

3

共有質問3

神が私の心に許された許しは何ですか？

