

TKN心理サロンに通う前、

体調を壊して精神的にも辛い、

生活にも支障をきたしてほう状態だった。

このままじゃアカン! 変わりなさい! という思いから

TKN心理サロンに通い始めました。

ほっと出来る教室の中で学んでいく事で、

いつも自分の感情を出す事を我慢していた。

他人に嫌われない様自分をたかっていた。

本当は出来ない事でも無理していいから、こなしていた。

自分らしく頑張っていたつもりが、全然自分らしく

生きていけなかった事に気付きました。

うまく出来ず、どんくさい自分が嫌いでした。いつも自分を攻めて

ばかりの私でした。

いろいろは気付きましたから、みんな私でもいいんや!

私は私でいいんや! と思える様になりました。

視野が広がって生きていくのが、今にっかば、あります。