

京都光華女子大学カウンセリングセンター ご案内

当センターでは、さまざまなこころの不安・悩み、心理・発達の問題について、ご相談に応じます。なお、ご相談の内容について秘密は固く守られます。

申し込み方法 *必ず事前にお電話にてお申し込みください。(完全予約制)

電話番号 : 075-325-5281

受付時間 : 月~土 (祝祭日除く) 午前10時~午後5時

料金 : (初回) 4,000円
(2回目以降) 個人面接2,000円 / 親子並行面接3,000円

面接時間 : 1回50分

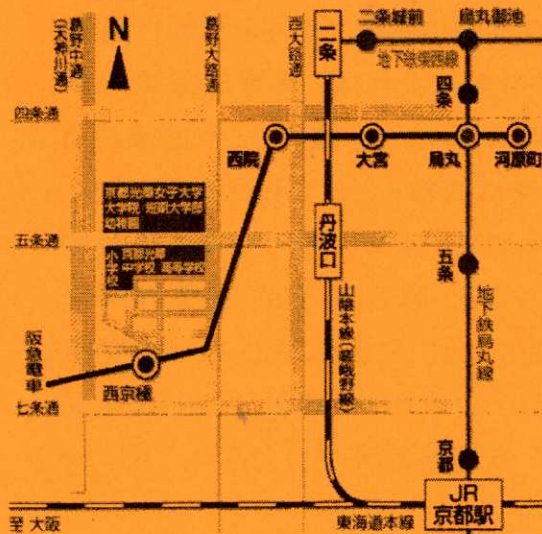
面接担当者: 大学院生 (臨床心理コース専攻)、研究生 (本大学院修了生)

専任カウンセラー、本学教員

*その他、詳細はお電話にてお問い合わせいただくか、下記HPをご覧ください。

URL : <http://www.koka.ac.jp/facilities/counseling.php>

地図・交通機関ご案内



阪急京都線

「西京極駅」下車 徒歩7分

JR

京都駅からバス約25分

「光華女子学園前」下車 徒歩1分

京都バス--81・83・84系統

市バス--27・32・73・80・84系統

センター受付事務室

五条通 北側

京都光華女子大学内

慈光館地下1階

光華*こころの手帳 編者 高野弘幸 (金井・安田・柳田・内田・大江)
—第3号— 発行者 センター長 石附 敦
発行所 京都光華女子大学カウンセリングセンター
〒615-0882 京都市右京区西京極葛野町38

こどもと女性のための相談室

光華*こころの手帳

第3号



京都光華女子大学

カウンセリングセンター

平成19年10月発行

秋も深まってきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。



木々が色づくと共に、ふと物思いにふけることがあります。少し寂しくなったり、しんみりしたり。また、爽やかな空を見上げると、ころろが洗われるような気がします。秋はころろの動きを感じやすい季節なのではないでしょうか。

ころろはさまざまに変化します。ころろの変化は時に明るく楽しいときもあれば、時に辛いときも、不安になることもあるというふうに変化します。私たちは、このような辛い思いや不安な気持ちを皆様と一緒に考えることで、少しでも皆様のお役に立てられたらと思っております。



研究生コラム

イメージで出来た世界

私たちが自分の周囲のことを考える時、周囲という世界は私たちのイメージで出来ていると思われる。そして、記憶は思い出す時の気分によって左右される。「人は親切なことをしてくれる」と考える時、その人は親切なことをしてくれる人の方を、そうでない人のことよりも記憶し、思い出す。その人の世界は「親切な人達」で構成される。「一人の悪人に対し、千人の善人がいる」という言葉がその人にとって現実味を帯びてくるだろう。逆に、「人はあてにならない」と思う時、あてにならない人の行動の方をより記憶する。その人は何も信用できない世界を作り上げてしまうだろう。辛い出来事より楽しい出来事ばかり思い出す事ができれば、楽観的に生きていけると思う。

(E.Y)

石附 敦 (本学教授・臨床心理士)



「無為」のころろ

越後の良寛資料館と住居庵を訪ねた。粗末な住まいが自然と融けあい、私はじっと佇んでいるだけでほっとした。良寛は口数が少なく、昼行灯といわれるようにのろまで欲がなく世間のことに興味がなく読書好きであった。子どものころも一人でうちにいて読書をしたり、物思いにふけていたようだ。今、子どもがこのような様子であれば、周りの大人は活動的・行動的でないなどと心配するのではないだろうか。しかし外界に興味がなく「無為」にみえても、心の営みが止まっているのではない。良寛は外界よりも自分の心の内面に興味が強く、一人で生きる強さをもって、ものにとらわれず束縛を受けないところに真の幸福を感じていた。

中野孝次(2002)は「我々が有の原理に生きているとすれば良寛は無の原理に生きた人だ」という。中野によれば、良寛は言葉の多いこと、口の早いこと、差し出口、手柄話などを嫌い、これを戒める「戒語」というものを書いている。良寛は説教したりするわけではなく、良寛というひとが自然に人を変えるので、良寛が去った後も気がやわらかになり、和やかな空気が満ちると、解良栄重が「良寛禅師奇話」に書いている。現代社会で良寛のように生きることは相当の覚悟とエネルギーが必要であるが、「捨てる」決断や「無為」であることができれば生きづらさから自由になり、創造性が育つのだろう。



参考文献 中野孝次(2002)「いまを生きる知恵」岩波書店