

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・発達的問題について、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) 3,000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

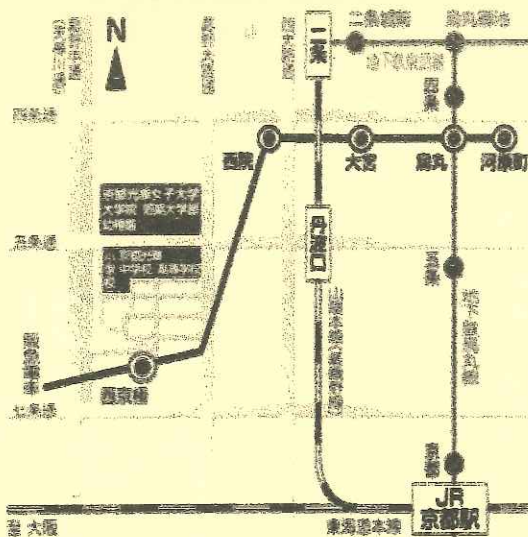
面接担当者: 大学院生(臨床心理学専攻)、研究生(本大学院修了生)

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/institution/counseling.html>

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...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

—第26号—

編者 徳田仁子(上司、田中、姫島)

発行者 センター長 長田 陽一

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26号

京都光華女子大学
カウンセリングセンター
令和元年5月発行

ご挨拶

緑風の心地よい爽やかな季節となりました。皆さま、いかがお過ごしでしょうか。おかげさまで「光華・こころの手帳」も第26号を発行することが出来ました。

新年度を迎え輝かしい日々を過ごされる一方、新しい環境下で忙しい日々が続く、こころのコリが溜まっているかもしれません。当カウンセリングセンターではそのようなこころのコリを少しでもほぐし、軽くするお手伝い出来る様、日々研鑽を積み重ねています。どうぞお気軽に当センターをご利用ください。

「ご縁」

鳴岩伸生（本学准教授・臨床心理学）

数年前、仏教学の先生の講義を聴講する機会がありました。そのとき、講師の先生が、学生さんたちに「栄養価の高い食べ物が身体を健康にしてくれるように、質のよい書物は心を豊かにしてくれる」と話しておられました。日々の業務に追われ、仕事に必要な文献を読むのがやっとという日々を送っていた私は、その先生のお話を聴いて、心が豊かになるような読書がしたいと思うようになりました。まだまだ読みたい本を自由に読めるような身分ではありませんが、それでも気になった本があれば、短時間でも読むようになりました。

つい先日、私の好きなラジオのパーソナリティが、『AI vs. 教科書が読めない子どもたち』（新井紀子著、東洋経済新報社）という書籍を紹介していました。この本は、「ロボットは東大に入れるか」という研究プロジェクトを統括した数学者が、AIが得意なことと苦手なことを紹介しながら、日本の子どもたちの読解力の低さに警鐘を鳴らし、AI化による失業の危機を訴えるもので、心を潤すというよりは、教育に携わる者として考えさせられる内容でした。そこには、オックスフォード大学の研究チームが予測したAI化によって「10～20年後に残る仕事、なくなる仕事」が紹介されていました。「残る仕事」の17位に「心理学者」が、24位に「臨床心理士」がランクインしていて、何だかホッとしました。

なぜ臨床心理士はAIに取って代わられないのでしょうか。新井氏によると、AIは計算機なので言葉の「意味」を理解することはできず、「足し算とかかけ算の式に翻訳できないことは処理できない」そうです。AIが得意とするのは、大量のデータから最も確率の高いものを検索することや、目的や条件を数値化できる論理的な課題解決であり、カウンセリングのように、「個別具体的」で「条件が簡単には限定できない現実の問題」に関わる仕事は、AIには難しいようです。

実は、この話にはおまけがあります。今年の4月から、本学では、新入生に「リーディング・スキル・テスト」という読解力テストを実施することになりました。私は「ふ～ん、そうなんだあ」くらいに思っていたのですが、実は、このテスト、AI研究の過程で、新井氏が考案したものだったことを、この本を読んで知りました。仏教学の先生の言葉がなければ、私はこの本を手にとらなかったかもしれません。不思議なところでつながるものです。仏教でいう「縁」を感じる経験となりました。

「こころの引き出し」

研究生 Uさん

先日、実家で捜し物をしていると、物置の奥の段ボール箱の中からとてもすてきなものを見つけました。（こころの引き出し）とかかれた紙製のファイルには、私が中学・高校時代に好きだった詩や当時読んでいた小説などの一節が、はちきれそうなほどたくさんつづられていました。当初の目的も忘れてページをめくっていくと、過去の自分に出会えたような懐かしさと書き留められた言葉の優しい響きが心の中いっぱい満ちていき、温かくて前向きな気持ちになりました。

小さい頃から本が好きだった私は、小学校3年生くらいから、自分が気に入った文章を日記の最後書き加えるようになりました。はじめのうちはちょっとした読書記録のつもりでしたが、時々それを見返すと、ふんわりした幸せな気持ちに包まれて「もう少し頑張ってみようかな」と思えました。

何かにつまずいたとき、生きた言葉は心のエネルギーになり、前に進むための大きな力になってくれるのではないのでしょうか。私は今でも、日常生活の中で誰かにもらった大切な言葉を忘れないように書き留めています。つらいときや迷ったときに（こころの引き出し）からそっと取り出して、もう一度新たな勇気や優しさをもらえるように。

