

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

開室時間：月～金：午前10時～午後7時 / 土：午前10時～午後5時(祝祭日除く)

料金：(初回) 3000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(2022年5月現在は感染拡大防止のため1回40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

*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：<https://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---83・86系統

市バス---特27・32・73・80・84系統

京阪バス---21・21A・27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31号—

発行者 カウンセリングセンター長 長田 陽一

編者 徳田 仁子(金市・霜崎・直島・森)

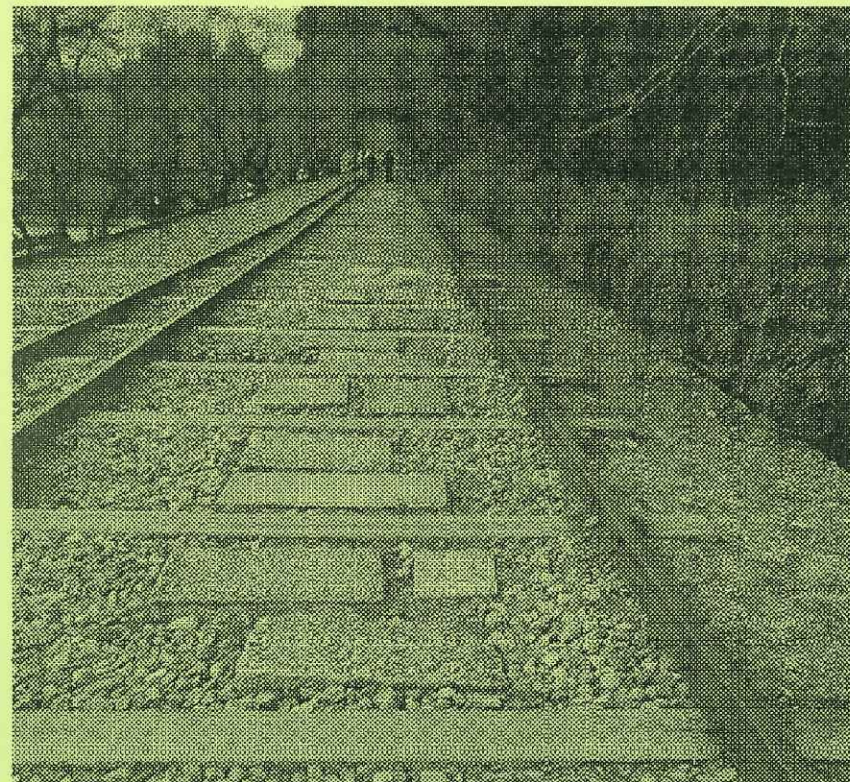
発行所 京都光華女子大学カウンセリングセンター
〒615-0882 京都市右京区西京極葛野町38

こどもと女性のための相談室

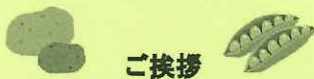
光華*こころの手帳

第31号

令和4年5月発行



京都光華女子大学カウンセリングセンター



ご挨拶

さわやかな風が心地よく感じられ、日中は汗ばむくらいの陽気の日も多くなってきました。たけのこ、グリーンピース、新じゃが、食べ物からも季節を感じます。皆様、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31号を発行することが出来ました。連休が明けて、何かと慌ただしい日々を過ごし、疲れや悩みが出てくるころかもしれません。当カウンセリングセンターではお話を伺い、こころの疲れが軽くなるお手伝いのできればと思っています。どうぞお気軽にご相談下さい。



オンライン画面のあちらとこちら

心理学科 徳田仁子

この2年間のコロナ禍で、大学の授業は3密を避けるために一時期全てオンラインとなりました。この頃から会議や学会・研修会もオンラインが増え、交通費や移動時間の短縮というメリットがあり、少しずつ慣れてきたように思います。

学生はオンライン授業の時たいていカメラをオフにして入室してきます。その理由の一つに自分の顔や部屋など私的部分が露わになることへの抵抗感があるようです。画面のこちら側には氏名や番号だけのほぼ真っ暗な画面が映っており、こちらが話しかけて応答する学生の声からその表情を想像して授業を進めています。学生同士のブレイクアウトルームのディスカッションでもカメラオフで話しあっているようです。

対面授業が再開した当初、心理学科コモンズで学生たちから「あ、リアル徳田先生だ」と声が上がるのが聞こえてきたことがあります。私の方は彼女たちの顔と名前が一致しないので少々戸惑いつつ、「リアルだから触っても良いよ〜」と冗談をいうと「はい」と素直な声が返ってきました。こういった何気ない雑談やジョークがオンライン画面のあちらとこちらで交わされることはほとんどありません。オンライン授業は「退出」ボタンで終了、余韻もないのです。以来、授業ではなるべくチャットに質問や感想を書くように求めて双方向的なやり取りになるよう心がけています。

一方、カウンセリングセンターで毎週行っていた親子教室は、2020年10月からはオンラインで行っています。幼稚園や保育園がお休みの時に参加する親子や、遠隔地から参加する親子もいます。最初はパソコンのオンライン画面にたくさんの顔を見ることになるのを怖がって尻込みしている子どももいたようです。しかし、そのうち、子どもたちは画面のこちら側が提供する絵本や紙芝居の読み聞かせ、ペープサート、工作などのプログラムに馴染んでくれるようになりました。特に、画面のあちらとこちらで双方向での関わり合いが増えたのが大きな驚きでした。たとえば、2歳のAちゃんは画面を意識して見えなくなるように「かくれんぼ」をし、こちらがお母さんと一緒に「見つけた」というのを待ってくれました。また、5歳のB君は採集した昆虫を画面越しに見せて名前を教えてくださいまし

た。6歳のCちゃんがピカピカのランドセルを見せてくれると弟のD君もリュックを見せてくれたこともありました。このように子どもたちは画面のあちらとこちらでやりとりができるような新たな遊び方を創造してくれています。

オンライン画面はとかく、一方通行になりやすいのですが、子どもたちはその制約を自分のやり方で飛び越えて、画面のあちらとこちらの双方向的なやり取りにしてくれます。私たちスタッフは毎回それをととても楽しみにしています。



オンライン親子教室のお知らせ

京都光華女子大学カウンセリングセンターでは、新型コロナウイルスの感染状況を鑑み、オンライン親子教室を開催しております。ご自宅でもできる体操や手遊び歌、絵本の読み聞かせなどをお届けします。また、親子教室の最後に保護者の方々とスタッフでお話できる時間も予定していますので、ぜひ、お気軽にご参加ください。

オンライン親子教室の詳細とお申込みはこちら



大学院研究生コラム

みなさんは、自分自身を表現するとき、どうされていますか？

話すことが好きな方は、誰かにお話ししたりすることも多いでしょうか。

私は、誰にも見せない物語りを書くことですっきりしたり、わくわくさせることがあります。物語りは完成させずにそのまま残っているのが多いのですが。(笑)

今回は、この物語りについて、私の思ったことを綴ってみようと思います。物語りとは、ある事柄について話すこととあります。そして語り手自身をよく写しだすもの、つまりその人の生き方や思考、感情、言葉遣いなどの癖がよくあらわれるものだと私は考えます。何かを想像して語り紡ぐとき、そこに登場する人物がだれか、または人物が登場しない場合もあります。また、どんな景色を見て、どんな季節の風を感じて、何を語るのか。何を夢見て、どんな結末を終えるのか、そのどれもがその語り手の物語りの特徴です。楽しい物語りも、悲しい物語りでも、語り手がどんなことを思い、考えて書いたのかを知るヒントは潜んでいるように思います。それを紐解いたとき、さらに物語りを語り手がどんな心情で書いたものなのかを味わうことができ、物語りが自分の中で生き生きしていくように感じます。私はいつも似たような物語りを書くことが多いため、いつもと違った結末を結ぶことも…。

また、新たな自分への発見にもなるかもしれません。まずは、なんでも楽しんで挑戦してみる事が大切な気がします。(K.I)