

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

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) 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

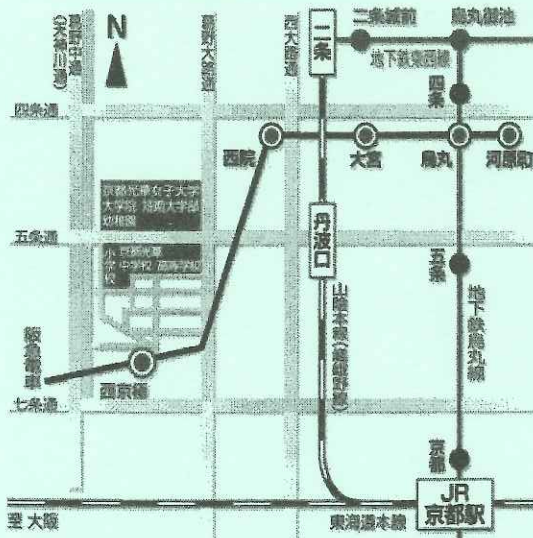
面接担当者: 大学院生 (臨床心理学専攻)、研究生 (本大学院修了生)

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 編者 徳田仁子

(上河、内川、塩貝、高橋、中井、中澤)

—第24号—

発行者 カウンセリングセンター長 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24号



京都光華女子大学

カウンセリングセンター

平成30年5月発行



ご挨拶



木々の緑が目まぶしく心若やく季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？おかげさまで「こころの手帳」も第24号を発行することができました。吹き渡る風も微かに夏めいてきたこの時期は、新生活や環境の変化にもなれ始め、4月の疲れにふと気づかされるのではないのでしょうか。当カウンセリングセンターでは、皆様の心に寄り添い、より良く生きるためのお手伝いできればと思っております。どうぞお気軽にご相談ください。

「父からの贈り物」



徳田仁子（本学教授・臨床心理士）

クリスマス・イブの夜、自分の家にサンタが来ると想像するのは子どもが何歳～何歳頃でしょうか？おそらく目の前にないものを思い描く力が出てくる2才頃から、写實的で現實的な視点に変わっていく10才頃までだろうと思いますが、兄弟姉妹からの影響や家の環境、そして子ども自身の経験によってもかなり違っていると推測されます。

私の小学校高学年のクリスマス・イブの思い出の中にはとても不思議な光景が残っています。一度、寝入った後、子ども部屋に人が入ってくる気配で目を覚まして薄目を開けて見ていると、父とサンタの顔が高速で入れ替わるように見えたという思い出です。

頭では父親だということは分かっているのに、どうしても赤い服を着たサンタに見えてしまって、私はかなり困惑しました。おそらく、すでにサンタは物語の登場人物であるとは知っており、それを3才年下の弟には黙っておこうと思うことによって、私は自分が大人の仲間入りをした気分だったと思います。ところが実際にはその人が父でもサンタでもあるように見えてしまったのですから当惑しました。

ところで、最近の脳の情報処理能力の研究では、カメラで写真を撮る時にカメラが風景を正確に写し取るのとは違って、私たちの脳はものごとをかなり恣意的に見ていることが分かっています（串崎真志「心は前を向いている」岩波ジュニア文庫）。そして、脳はいつも先を予測しながら、事実を見るよりも期待をもって、ものごとをポジティブに見るといった特徴があるそうです。

第三者から見ると寝ぼけて幻を見たという事実に過ぎないことなのかも知れませんが、あの時の私は「あれはやっぱ父だ」という現實的な判断を下す目と「サンタであってほしい」という願望の目が入り乱れて、「父＝サンタ」が登場したのではないかと思います。

心の全体の現象として見ると、冷静な大人としての視点を持つ部分とまだまだ子どもでいたい部分とがバランスを取り合って「私の心に映る世界」が出現したのでしょう。この経験は、私に「心の目で見える世界」への興味をもたらし、その興味はやがて「臨床心理学」の世界へと導いてくれました。「心の目で見える世界」は「現実の世界」と「幻の世界」に架け橋をかけてくれる「物語の世界」でもあります。

私にしか見えない私だけの物語の世界、それは父からのかけがえのない贈り物だと感謝しています。

大学院研究生コラム

私には小さい頃から大好きな木があります。その木は私よりも何倍も何倍も大きくて、幹を抱きしめるのもひとりでは足りないぐらいの木です。その木の側に行くとき静まった山の中で、そっと包み込み、守られているようなそんな気持ちになります。小さい頃はなぜか「あすなろの木」、と呼んでいたその木。聞いてみれば、「ケヤキ」という種類の木で、祖父の小さい頃からあって、樹齢は100年を超えるそうです。その地に芽生えた時から、成長し続け、ずっと私たちを見守ってくれていたのだなあ、と思うと、「すごいなあ」の一言です。いつも凜としたその姿に憧れを抱きます。

春には若葉が芽生え、夏には青々とかっこよく、秋には色づきを楽しませてくれ、冬には雪化粧で美しく、それぞれの季節の様相をみせてくれます。私の生まれた時から、季節の移り変わりとともに、同じ時間を過ごしてきました。暖かくも厳しく包み込んでくれたその木は、今では私の“目印”となっています。「いま、ここ」の私の思いをその木の姿に映しだしているのでしょうか。ありのままの自分を映し出す鏡のような存在なのだと思います。時には目をそらしたくなることもありますが、いつでも“目印”として、同じ場所に凜と立っています。いつもありがとうございます。これからもよろしくお願いします。（研究生Aさん）

