

# 明星大学心理相談センター センター便り



第7号(2017年5月11日)  
発行：心理相談センター



様々な花が咲き始め、暖かい日差しが降り注ぐようになりました。

明星大学心理相談センターも開設して14年目の春を迎えました。第7号では、これまでのセンターの活動も紹介いたします。

## \* ミニコラム \*

第7回「春、こころ模様」 心理相談センター専門相談員 生野和子

春になりました。始まりの季節に街も人もどこか華やき、ワクワクした雰囲気が漂っています。清々しさが満ち溢れる空気は、多くの人にとって心地良いものですが、そうした中にも不安や落ち込みを抱えた「陰る心」が存在します。今の季節、「陰る心」は少数派です。ただでさえ暗く重いのに、無言のプレッシャーを感じてそこに存在してはいけないような、情けない思いになることもあるかもしれません。

春に浮き立つ「陽の心」とっては、それに水を差すような「陰る心」はあまり歓迎されません。それで人は、自分の中に陰る心を見出せばそれを抑えて前向きになろうとしてみたり、他人にそれを見出せばその人を無視したり否定したりしがちになるのでしょう。人は「陰る心」を恐れるものなのかもしれません。

春は、たまたま「陽の心」に同一化（一体化）している人が多くなりますが、その人の心も常に明るいわけではないのはご承知のとおりです。常に変化しながら全体として絶妙なバランスを保っているのが、健全で自然な心の営みというものです。その点から言えば、むしろやみくもに暗い気持ちを排除しようとすれば、それは却って心のバランスを喪失することにつながりかねません。

ですから今自分が「陽の心」に同一化していても、同時に「陰る心」へも大らかで温かい思いを寄せていただければと思います。

明るい気持ちになることを人や自分に強いたりせず、「そのままそこにいていいんだよ」という温かい眼差しを送ることで、「陰る心」は安心できます。そうしていずれ自然と変化し再び「陽の心」へと向かうこともできるのです。どうか、それぞれの心が味わい深い春をお過ごしになれますように。

## おしらせ

### \* 2017年度 4月～9月 閉室日 \*

4月：29日（土）  
5月：1日（月）～6日（土）  
6月：閉室日なし  
7月：17日（月）  
8月：11日（金）  
9月：18日（月）・23日（土）  
※日曜日閉室



## \* 心理相談センター紹介 \*

明星大学心理相談センターは、2001年に開設されて以来、日野市、八王子市、多摩市をはじめ、近隣の市民の方に開かれた“こころの相談機関”として多くの方に利用され、地域のメンタルヘルス関連機関からも高い評価を受けています。

センターの役割は大きく二つあります。一つは、市民の方々の“心の健康の増進”を支援する心理相談を提供することです。利用されている方々は、就学前のお子さんから、小中高大学生、社会で活躍されている方、さらには定年退職後の第二の人生を歩まれている方まで、また、ご自身の心理的問題の解決を求められる方のみならず、精神科や心療内科の医師から勧められた方、学校の先生やスクールカウンセラーから勧められたお子さんと保護者の方など幅広く多岐に渡っています。センターで相談を担当するカウンセラーは、医療保健機関や教育機関、企業などでカウンセリングに従事していた経験豊富な臨床心理士である専門相談員、または、当センターに研修生として在籍している本学大学院心理学専攻臨床心理学コース大学院生です。

二つ目の役割は、心理相談の専門家である臨床心理士を教育養成することです。本大学院心理学専攻臨床心理学コースは、2002年に（公財）日本臨床心理士資格認定協会から臨床心理士養成大学院としての認可を受けており、本センターは大学附属の実習機関として優れた人材の育成を担ってきました。さらに、2015年には国民の心の健康に寄与することを目的として、心理職における初の国家資格としての「公認心理士法」が成立しましたので、当センターに求められる役割はますます重要となっております。そこで、センターにおける相談は、研修生が担当することもございますが、その場合は実践経験豊富な臨床心理士が指導を行い、センターとして相談の質保証をしております。これからも、本学の社会貢献の一環として、市民の皆様に活用いただけるセンターを目指し、スタッフ一同研鑽資質向上に努めてまいりたいと思います。

心理相談センター長 石井雄吉

## \* 2016年度活動報告 \*



	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
来談者数	220 (69)	204 (61)	242 (71)	242 (73)	169 (55)	201 (69)	216 (73)	201 (61)	232 (71)	180 (50)	212 (70)	242 (88)	2,561 (812)
初来談者	8	7	13	11	4	3	8	8	12	5	7	2	88

単位：名 ( ) 内、こどもの数



○合同ケースカンファレンス



○大掃除



○研修員会議

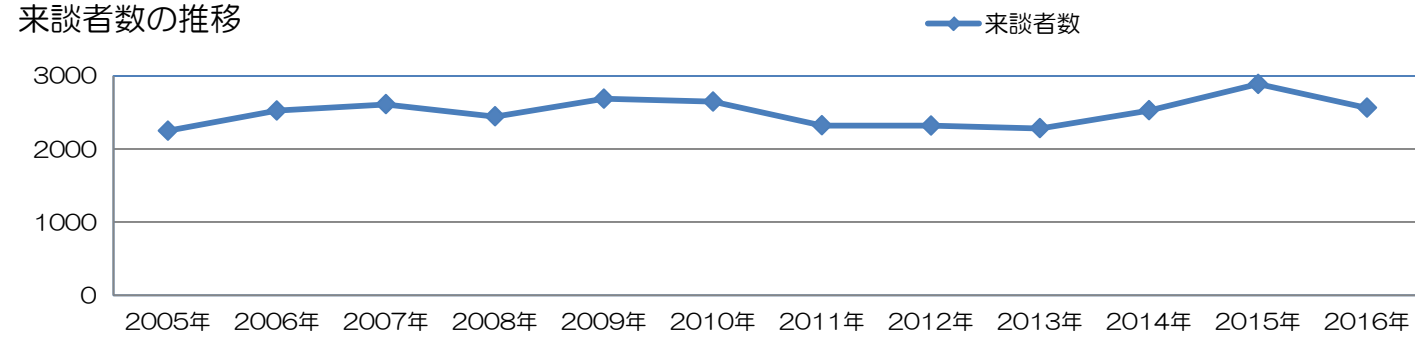
\* 心理相談センターこれまでの活動 \*



面接回数

	2005年	2006年	2007年	2008年	2009年	2010年	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年
受理面接	113	66	115	99	101	91	80	84	82	90	64	88
個人面接	1,992	2,346	2,426	2,320	2,553	2,506	2,172	2,210	2,154	2,375	2,789	2,416
集団面接	133	91	54	2	17	42	52	10	24	13	11	30
心理検査	8	21	14	19	15	8	16	13	12	26	23	27
その他	2	0	0	3	0	0	0	1	9	22	0	0
合計	2,248	2,524	2,609	2,443	2,686	2,647	2,320	2,318	2,281	2,526	2,887	2,561

来談者数の推移



研修員・研究員数

	2005年	2006年	2007年	2008年	2009年	2010年	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年
研修員	16	25	23	29	35	31	27	24	21	19	24	22
研究員	8	22	23	22	23	30	32	20	25	26	27	28
合計	24	47	46	51	58	61	59	44	46	45	51	50

研修員・・明星大学人文学研究科心理学専攻博士前期課程（修士）在籍者

研究員・・明星大学人文学研究科心理学専攻博士前期課程（修士）修了者／博士後期課程在籍者

公開講演会一覧

年度	テーマ	講師	所属（公開公演当時）
2002年度	「スクールカウンセリングと学校ソーシャルワーク」	門田 光司	福岡県立大学社会福祉学科
	「今後の学校臨床モデルへの提言」	鶴養 美昭	日本女子大学人間社会学部
	「臨床心理士によるコミュニティ・アプローチの実践」	箕口 雅博	立教大学コミュニティ福祉学部
2003年度	「自閉症児・者との出会い、そしてトータル・ケアに向けて」	佐々木 正美	川崎医療福祉大学医療福祉学部
	「包括システムによるケース検討」	中村 紀子	創価大学大学院
2004年度	「不登校・ひきこもりの理解と対応」	永井 徹	東京都立大学人文学部
2005年度	○ 通常学級における特別支援教育の基礎・入門セミナー～LD・ADHD・高機能自閉症への対応方法の基礎を理解する～		
	「特別支援教育とは何か」	上野 一彦	東京学芸大学
	「教室のなかの行動面の指導」	大石 幸二	明星大学人文学部
	「軽度発達障害と医学との関係」	川崎 葉子	むさしの小児発達クリニック
2007年度	○ 市民向け啓発研修会（日野市特別支援教育研修会）		
	「理解と支援を必要とする子どもたちⅠ ～軽度発達障害と今後の学校の在り方～」	山中ともえ	東京都教育相談センター
	「理解と支援を必要とする子どもたちⅡ ～軽度発達障害と呼ばれる子どもたちの現在と今後～」	上野 一彦	東京学芸大学
	○ 公開フォーラム 「ひきこもる若者たち」への支援のあり方を考える		
2008年度	基本報告 「東京都における『若者自立支援調査研究』から見えてきたもの」	高塚 雄介	明星大学人文学部心理学科
	シンポジウム	加藤 諦三 片岡 玲子 田村 毅	元早稲田大学 立正大学 東京臨床心理士会 東京学芸大学
	2009年度	「思春期の若者のリストカット～その理解と対応～」	林 直樹
2010年度	「現代社会におけるうつ病」 ※公開講演会中止（地震のため）	広瀬 徹也	（公益財団法人）神経研究所
2011年度	「現代社会におけるうつ病」	広瀬 徹也	（公益財団法人）神経研究所
2013年度	○ 明星大学創立 50 周年記念「子どもの育ちが危うい時代の子育てと教育とを考える」		
	シンポジウム 『子どもの育ち～何が課題か・教育・保育・心理臨床の立場から』	田中 登志江 京極 澄子 福田 憲明	明星大学教育学部子ども臨床コース 日野市立日野第三小学校 明星大学人文学部心理学科
	基調講演 「こころの糧としての子ども時代 ー子育てや教育に求められるものー」	村瀬 嘉代子	北翔大学大学院
2014年度	「青少年の自殺防止のために何ができるか」	松本 俊彦	国立精神・神経医療研究センター精神 保健研究所 自殺予防総合対策センター
	2015年度	「こころとからだのつながり～ストレスとの上手なつきあい方」	坂上 頼子
2016年度	『自分とつながる 世界とつながる音の魔法 ～耳を「開いて」心身の調和を体感しよう』	新屋 賀子	臨床心理士/ピアニスト /シンガーソングライター