

京都府立大学 学生相談室

～臨床心理士からのおたより～

このコラムでは、学生相談室に勤務する臨床心理士が日々の中で感じたことや思ったこと、考えていることを発信していきます。少し立ち止まって、休憩がてらお読みいただくと嬉しいです。

No.23

Counselor's Column

「はじめまして」

臨床心理士 角田悠至

はじめまして。角田悠至と申します。この4月より木曜日のカウンセラーとして勤務しています。どうぞ、よろしくお願いします。

さて、みなさんは学生相談室ってどんなところか、あるいは、カウンセリングって何をするのかご存じですか？僕はスクールカウンセラーとして小学校でも働いているのですが、先日ある子に「なあなあ、カウンセリングって病んでる子が受けるんやろ？」と言われました。それもあながち間違っていないのですが、べつに困りごとやしんどいことがないと受けてはいけないというものではないと思います。きっとカウンセリングに興味を持たれる方には何かしらのニーズがあって、たとえそれが明確でなかったとしてもよいと思うのです。僕は、そのニーズと一緒に探索して、カウンセリングで何ができるのかと一緒に考えていくこともカウンセリングの一部だと考えています。だから、なんとなくでも受けてみたいなあと思われたら、お気軽に利用していただけたらうれしいです。

とはいえ、カウンセラーがどんな人かわからないし、どんな対応をされるかわからないし、不安ですよ。そんな方は、とりあえずカウンセラーに会いに来ていただけたらと思います。最初からあれやこれやと話さなきゃいけないということはありませんし、目の前にいる人間は自分の悩みを話すに足る人物であるか、あるいは、同じ時間を共有することに差支えがないか、ゆっくりと見極めていただければと思います。現在はコロナウイルスの感染状況を鑑み、初回のカウンセリングはお電話のみとなっておりますが、少しでもカウンセリングに興味を持っていただいた方は、お気軽に学生相談室までご連絡いただけますと幸いです。