



写真：JR 陸羽東線小牛田駅にて撮影

SCC

ニュースレター 第3号

2013. 7. 24

TOPICS

- ・カウンセリング心理学コース受講生の声
- ・訪問仮設住宅紹介
- ・今後の予定

カウンセリング心理学コース受講生の声

埼玉カウンセリングセンターでは、カウンセリングについて専門性の高い内容を、少人数体制で体系的に学べる講座を開講しております。年間のカリキュラムは、「日本カウンセリング学会認定カウンセラー養成カリキュラム改訂版」の講座内容及び時間数に基づいており、毎年修了生が認定試験に合格しております。
今回は、2年前にカウンセリング心理コースを受講された石渡健児さんに、感想や体験談をお聞かせいただきました。

～埼玉カウンセリングセンターでの学び～

都内私立中学・高等学校教諭 石渡 健児

皆様、こんにちは。石渡健児と申します。私立中学・高等学校で教員をしています。私は、2011年に初めて埼玉カウンセリングセンター(以下、SCC)のカウンセリング心理学講座に参加しました。その後、現在に至るまで、お世話になっています。さて、今回は、このSCCでの学びについて、私の体験をごく簡単にではありますが、振り返ってみようと思います。

初めて講座に参加した当時、自分が何をすればよいのか、何をすることが出来るのかといったことについて漠然とした不安を抱えていました。もちろん、教師として働いていましたし、他の方からすれば、表面的にはそれなりに充実した生活に見えたことと思います。しかし、私自身の心境としては、生きていくので精一杯、なんとか生活をこなしているといった状態でした。

自分をなんとかしたい、具体的な方向性を見出したいという気持ちでインターネットを眺めていました。そんな時、目に飛び込んできたのがSCCのカウンセリング心理学講座です。どピッときました。「ここに行こう!」、私は神奈川県在住ですが、迷わず申し込みました。

このような訳で、それまで熱心に学習していたということもなく、また仕事のためというよりは自分の人生のために受講を決めた講座でした。しかし、最大でも20人までという少人数制と豪華な講師陣、日本カウンセリング学会のカリキュラムに準拠した体系的な講座によって「あつという間」にカウンセリング学習の虜になってしまいました。

講座には、理論的学習だけでなく、体験的学習や実習も豊富に用意されており、きめ細かい指導を受けることが出来ましたし、疑問点などを講師の先生に直接質問できることも大きな魅力でした。魅力といえば、SCCの代表理事であり、講座の御世話もしてくださっている高倉恵子先生の人柄も私が講座に通う原動力の1つになっていたように思います。優しげで、落ち着いていて、なんだか「ホッ」とする雰囲気をもたっている感じがしますね。

そんな先生方に引き寄せられてか、実に多様な年齢層、様々なバックボーンを持った方々が受講しているのも特徴です。普段の生活ではなかなか接する機会のない方々と一緒に学ぶことは大きな刺激となりました。

同じ講座を受講し、同じ先生から同じ説明を受けていても、そこで生じてくる感情や感想・考えなどは(当たり前なのですが、)多様な価値観や視点を反映したものと異なります。その個々の共感出来る部分や違いを、じっくりと共有しあうことで、より深い理解に到達できたように思います。

1回の講座を終えるたびに、自分の中に様々な思いが浮かびました。一緒に学ぶ方々の顔も浮かびます。1時間以上かかる帰りの電車で揺られながら、ぼんやりと自分と向き合います。「自分はなにをしたいのだろう。なにが出来るのだろう。どうやって存在しよう…」そんな問いがアワアワと心の中を漂っています。

私にとって講座は、自分自身の心と向き合う時間だったようです。最寄り駅に着き、ふと現実に戻ると、ほんの少しだけ心の整理が出来ているのです。毎月のようにSCCの講座に通うことは、私が自分と向き合う時間を作ることにも結びついていたのですね。

久しぶりに会った勉強仲間からは「明るくなった」「健康そうだ」などと声をかけてもらうことが多いです。職場の方や家族などからも同様の反応をいただきます。どうやら、心の整理を行い続けた成果が、外面的にも見て取れる程に出ているようです。

ここで、「勉強仲間」と書きました。私は約2年にわたって講座に御世話になりましたので、多くの方と知り合うことが出来ました。その方々とは、カウンセリング学習に関する情報交換はもちろん、その時に苦悩していることを話したり、お互いに励まし合ったりと様々な交流をしてきました。試行錯誤しつつ、学習を進めてゆく。仲間がいなければ、なかなか続かない作業です。

その仲間の中には自分の親ほど歳の離れた方もいますが、1年間の講座が終了してからも連絡を取り合い、情報交換会を兼ねた食事会を開くなど、つながりを持っています。SCCだからこそ出来た人間関係ではないでしょうか。まるで、同窓生のような連帯感を(私は勝手に)持っています。

これからも、共に学んだ仲間や新たに出会うであろう皆様と、それぞれの考え方・感じ方を尊重しつつ、お互いの距離で関係を作れたら嬉しく思います。そのうち、SCCで学んだ方々のカウンセリング実践体験・情報を共有する機会などもあるのではないかと楽しみにしております。講座を始め、様々な研修会等でお会いすることもあるかと思いますが、私を見かけたら気軽に声をおかけください。ぜひ、学びの輪を広げてゆきましょう。

最後になりましたが、高倉恵子先生を始め、関係の皆様、本当に御世話になりました。今後も地道に学習を続けます。御世話になりましたと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



講座のようす (7月7日 精神分析的カウンセリング 富田久枝先生)

訪問仮設住宅紹介 第2回 仮設追波川河川団地

第2回は、仮設追波川河川団地をご紹介します。

この団地は、前回ご紹介した仮設追波川多目的団地のほど近くにあり、同じ総合運動公園内ですが、こちらは野球場の中に建てられています。

訪問当初は、野球場のネットに囲まれているせいか、閉塞感が感じられましたが、現在はその閉塞感が、守られているような、一つの集落のようにまとまった印象に変わりました。



この団地にお住まいの方は高齢者が多く、みなさんが助け合って生活していらっしゃいます。ほとんどの方が長面地区の方々です。大川小学校から海へ向かって下りたところです。長面地区は津波の影響で海岸線が変わってしまい海水もひかない状況で、もう、帰宅することは困難な状況のようです。

北上川沿いはかつて日本一のヨシが採れたそうですが、やはり津波の影響で丈も短くなってしまい、良質なヨシは取れなくなったそうです。



92歳と93歳に挟まれた高倉代表理事

また、河口が大きくなってしまい、以前より上流まで海水が入り込むようになり、シジミが採れなくなったとのことです。その代わりにアサリが繁殖するようになったのですが、殻ばかりが大きく身が小さいものしかないそうです。そんなことをお話させていただきます。

河川団地でも多目的団地と同じように、集会所に仲間が集まってお地蔵さまなどの手芸小物を作っておられます。

最近ボランティアの訪問が少なくなったそうで、寂しい思いをされているようです。

住民の方々がお心を痛めていることは、復興住宅についてです。ようやく土地の確保が出来たのですが、その土地の地盤が悪く、地盤を強化するのにかなりの時間を要するとのことです。よって着工が平成29年、完成が平成30年の予定と5年後となってまいります。おそらく一番最後まで残る仮設住宅となってしまいうでしょう。

今後の予定 (2013年8月～)

【相談活動】

・8月26日(月)～9月1日(日) 10:00～18:00 「夏休み電話相談」

【研修・研究活動】

- ・8月31日、9月1日「日本カウンセリング学会第46回大会」於：東京電機大学 自主シンポジウム「災害時、カウンセラーはどようする」を企画
メンタルサポーターの松本伸行さんも、石巻支援活動について発表します。
- ・カウンセリング初級講座…第1回は10月19日です(日程が変更になりました)

【石巻支援活動】

- ・仮設住宅集会所での足湯カフェ
第2木曜日…仮設大森第3団地 第2金曜日…仮設追波川多目的団地、仮設飯野川校団地
第2土曜日…仮設追波川河川団地

【地域との連携活動】

- ・9月25日(水) 13:30～16:00 「傾聴に携わる方のほっとスペース“komorebi”」を開催します
さいたま市生涯学習センター 講座室3 久しぶりにお話しませんか?

【お知らせ】

今年も11月に県活で「ボランティアフェスティバル」、武蔵浦和駅での「防災ひろば」、来年2月にはWith Youさいたまで「With Youさいたまフェスティバル」に参加します。是非、遊びにいらしてください!

本年度もご支援をよろしくお願いいたします

いつも、ご支援・ご協力をありがとうございます。昨年度は、おかげさまで認定NPOになるための基準である3,000円以上のご寄附を100人以上の方からいただきました。心より感謝申し上げます。

認定NPO法人となるためには、3,000円以上の寄附者が2年連続で100人以上になることが条件になっております。これからも、被災者の方々の心に寄り添う姿勢を忘れずに活動してまいりますので、引き続きご支援のほど、よろしくお願いいたします。

※ 認定NPO法人

- 1) 認定NPO法人になるための要件とは
パブリックサポートテスト(PST) ①か②のいずれかを満たしていること。
 - ① 対価基準：総収入金額に占める寄附金収入の割合が20%以上である
 - ② 絶対値基準：3,000円以上の寄附者の数が平均100人以上である
- 2) 認定NPO法人になるメリットは?
 - ・個人が寄附した場合、寄附金控除がうけられます。
 - ・法人が寄附した場合、損金算入限度額の枠が拡大されます。
 - ・相続等により取得した財産を寄附した場合、課税対象から除外されます。

♪高倉先生のせなか♪

ちょっとおかしな題名ですが、単なる編集後記です(スマセン)。とはいながらも、本センターの代表理事である高倉先生の素顔(すっぴんではなく)をご紹介していきたいと思っております。高倉先生の後ろ姿を追っている編集人の編集後記ということで、上記の題名にした次第です。

仮設住宅紹介のコーナーで掲載した写真ですが、実は高倉先生が嬉しそうに私に見せてくださったものです。どんなふうに見せてくださったかという先生曰く「私、パワースポットに行ってきたのよ」仮設住宅で暮らしているお元気な高齢者の方を「パワースポット」と表現されるところが先生らしいなあと思ったひとコマでした。

ニュースレターに掲載して欲しい内容がございましたら、是非メールなどで教えてくださいと幸いです。

Y.O



特定非営利活動法人埼玉カウンセリングセンター

〒330-0854

埼玉県さいたま市大宮区桜木町4-780-7

TEL & FAX 048-650-6514

E-mail mail@npo-scc.jp

URL http://npo-scc.jp