

「いつだってここから」

マイブームは朝ごはんのじゃがいもと落とし卵の味噌汁です。そんなスクールカウンセラー（臨床心理士・公認心理師）の春日徹男です。じゃがいもと卵の組み合わせは、おいしいだけでなく脳の栄養にもいいそうですよ！

人は自分のことも家族や近い人間のことも誤解しがちです。親子関係、友人関係は特に迷走しがち。お互いの思いこみは、「すれ違いの純情」ってことがあります。

＊「すれ違いの純情 好きだから嘘ついた」（詩：森友嵐士）

1993年にヒットしたT-BOLANというグループのヒット曲、わたしが中2の時でした。人の思いはすれ違うものです。だから人間関係をよくしていくためには答え合わせがときどき必要になるものです。

コロナ禍で鼻と口がマスクで隠れていること、交流も対面だけではなくメールやSNSやゲームで表情や身振り手振りで見えるその相手の動きが読めない。今までだったいろいろな人間関係があった人も、気軽に付き合える人は少なくなっています。

人間関係ですれ違い、煮つまる人には、気軽にカウンセリングを使ってもらいたい。そう思います。

カウンセリングに来られた人は、「近くの知り合いや友人には言えないことも話せてよかった。」という感想を言う方が多いです。相手とのかかわりで自分らしい思いを見失うこともあります。自分のこと、自分のまわりの人間関係を点検することがカウンセリングではしやすいです。中学校では毎週1回無料です。なんとなくモヤモヤしていることが、長く続くと心の元気がなくなることもあります。

まとまらない話もなんとなくまとまります。平日木曜日の午前中から夕方まで、お気軽に申し込んでお越しください。

「カウンセリングを受けたいです」・「相談してみたいです」で申し込んでいただいたら、日時を調整してもらえます。

メールでの申し込みは soudan-f@yamanashi.ac.jp

クラスと名前と返信先のアドレスなどを書いて送ってください。数日中に返信いたします。