明星大学心理相談センター

センター便り

第 20 号(2023 年 4 月)
発行：心理相談センター

明星大学は当面の間は、教育活動においては原則としてマスク着用となり、心理相談センターも同様にさせていただきます。この時期、花粉も多く、マスクが手放せないですね。1984 年製作の「マスク」（ジム・キャリー主演のコメディー映画「マスク」ではありません）という映画をふと思い出しました。頭蓋骨形成異常疾患(ライオン病)を患った少年の実話を描いた作品です。顔を隠さずに懸命に病気と闘う少年と家族を感動的に描いたヒューマン・ドラマです。マスクについて、もう暫く、ご協力の程、宜しくお願い致します。　(心理相談センターMgr　前田　敏之)

＊ミニコラム＊

第 18 回「**マスクのこと**」　　心理相談センター相談員　生野和子

コロナ以来、人や社会との距離感が随分変わったように感じます。それにはマスクによる「心理的距離」も随分影響しているのでしょう。既に多くの場所で着用は任意になりましたが、花粉その他いろいろな事情もあって、マスクの有無が混在する風景がまだしばらく続くことになりそうです。

マスクは顔の半分以上を覆いますが、目は覆われません。人が相手の感情を読み取るとき、重要なのは目だと言われますから、人と関わる際、差し当たり大きな問題にはなりにくいかもしれません。ただ、ある研究[1]によると「悲しみ」だけは実は口元がポイントで、マスクをした状態では悲しみを見誤る（見逃す）傾向が高いのだそうです。

「悲しみ」を見せたくなければマスクは好都合ですが、悲しみの表情は見る人の心を動かし、人同士をつなぐきっかけとなることも多いように思います。マスクはその伝達に重要な口元を隠してしまうのです。そのことで人は周りの人の悲しみに鈍感になり、社会全体で見れば結果的に互いの孤立感を深めてしまう、という面もあるのかもしれません。

また、子どもの脳や心の発達にとっても、マスクは重大な影響を及ぼすと言われています。脳科学者の明和昌子さんによると、特に乳幼児期は目に入る情報とその意味とをつなげる脳内ネットワークが育つ時期であり、人の表情を見る機会が少ないと社会性が育ちにくくなる可能性が高いそうです[2]。

感染から身を護るために広まったマスクですが、考えさせられることが多いですね。マスクの利点と問題点について、私たち一人一人がもう一度意識してみる必要があるかもしれません。

参考文献：
1．高橋直樹（2022）「マスク着用時における表情の認識に関する研究【第一報】 環太平洋大学紀要第 20 号
2．明和政子（2023）「マスク社会が危ない」宝島新書

＊ ご挨拶 ＊

2019 年末にコロナ禍が始まってから、すでに 3 年が経過しました。この間、世界中で様々な工夫が重ねられて参りました。コロナワクチンの開発や接種はもちろんのこと、マスクの着用、ソーシャルディスタンスの確保、換気、リモート機器の活用など、わが国でも様々な対策が講じられ、その一部は徐々に定着しつつあります。また、コロナ感染の第 8 波は現在収束しつつあり、3 月 13 日からはマスク着用の方針が緩和されました。コロナ禍を経験することで改めて認識されたことの 1 つが、社会活動を支える対人接触の重要性です。コロナウィルスが対人接触によって拡がる可能性が高いことから、あらゆる社会的活動に対して様々な形で制限が加えられました。心理相談センターでの活動もその例に漏れず、一時は面接を停止したり、面接時に検温やマスクの着用をお願いするなど（これは現在も継続中です）、利用者の皆様には様々にご不便をおかけすることになりました。これらの経験を通じ、カウンセリングをはじめとする心理臨床活動が、対面場面のコミュニケーションによっていかに支えられているのかという事実を、改めて認識させられることになりました。一方で、リモート機器等を活用し、様々な心理臨床サービスを提供しようとする試みも模索されつつあります。テクノロジーが今後どのように発展し、社会の在り様がどのように変化していくかについては想像もつきませんが、人間同士が助け合い支え合ってゆく、という人間社会の基本原則は今後も不変であろうと思われます。地域の中の信頼できる相談機関として、当心理相談センターもその一翼を担っていきたいと考えております。何かお困りの際には、当センターをご活用いただけますと幸いです。　　心理相談センター長　富田 新

＊ 2022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	153 (43)	151 (46)	192 (57)	176 (69)	145 (41)	178 (64)	190 (71)	172 (59)	186 (67)	173 (58)	178 (59)	186 (74)	2,080 (708)
うち初来談	3	9	14	6	5	5	7	10	2	3	0	2	66

単位：名　　（）内、こどもの数

＊ 2023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）～17（木）
9 月：18 日（月）・23 日（土）
※日曜日閉室