

interview

金子 周平 先生

●かねこ・しゅうへい

武蔵野大学通信教育部人間科学部講師

千葉大学子どものこころの発達教育研究センター

特任助教

臨床心理士 公認心理師



心理学との出会い

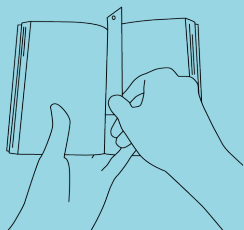
僕はロックが好きで、高校時代から大学までバンドを組んでいました。ギターとボーカルを担当し、自分で曲を作っていたんです。そこで歌詞を書くために自分と向き合ったり言葉を探したりしながら、もともと好きだった哲学書など、さまざまな本を読むようになりました。

そこで心理学の世界に出会い、フロイトや精神分析の本を読みながら「これは何か自分の仕事に活かせるんじゃないか」と思うようになったんです。インターネットで調べて、心理学を使って人を援助する臨床心理士という仕事があることを知りました。

バンド活動のにめり込み過ぎて、当時通っていた大学は辞めてしまったんですけど、そのあとに武蔵野大学通信教育部で学び始めました。だから僕は、卒業生でもあるんですよ。初めて心理学のテキストを読んだときの感覚は今でも覚えています、面白すぎて一晩で読んでしまいました。

スクーリングについて

武蔵野大学通信教育部では、特にスクーリングの時間を意味のある時間にできたらと思っています。単にレポートやテストで良い点が取れたというのではなく、限られた時間で学ぶことを大切にもらえたら。例えば「心理測定法」のスクーリングでは、あえてグループワークでディスカッションする時間を設けて、みんなでまとめて発表するといった習慣を作ってもらいたいと思っています。そうした学生同士でのコミュニケーションを通して、他の人と自分の考えや思っていることとの違いやズレに気づく。そこで本当の知識が得られるんです。



心理測定法と教育心理学

「心理測定法」では、t検定や分散分析といったデータ分析ができるようになって欲しいというよりも、科学的なものの捉え方や見方を身につけてもらいたい。そのうえで「人の心を理解するのはとても難しいんだな」ということを実感してもらえたら。「教育心理学」では、例えば学校で問題を抱えたお子さんがいたとして、問題行動や症状だけに注目するのではなく、その子が置かれた学校や家庭の状況、ご家族との関係や神経発達の問題を含めた、さまざまなことが行動に影響しているという「背景」を広く見れるようになって欲しいので、そこをしっかりと教えてきたいなと思っています。

「スクーリング前の予習はどうすればいいですか？」というご質問もいただきますが、僕が教えている「心理測定法」と「教育心理学」に関しては予習しなくても大丈夫。スクーリングに来ていただければ1からわかるように説明します。

「人の心を理解するのは難しい」
ということを実感してもらえたら

レポートを書くときのヒント

「心理学実験実習」などのレポートの結果を書く際に、データを整理しながら「意外な結果が得られた」「予想外の結果が得られた」という書き方が散見されますが、仮説で書いたような結果が得られないことがあるのも、学ぶ上で面白いところ。結果ではあくまでも数値を書いて、考察でなぜこのような差が生じたのかという理由を文献や先行研究を調べて書いてもらえたら、それはもう最高のレポートです。

僕のリラックス法のキーワードは「水」です。東京の町田市の出身なので、小田急線沿いで江ノ島までつながっているのも、学生時代はふらっと海を眺めに行ったりしました。最近はジムのプールで泳いだり、水に癒されることが多いです。

これはストレスコーピングの話にもなりますが、自分が気持ちをリセットするための方法は、たくさん持っていた方がいい。例えば、海を見に行くことができないときには、YouTubeで海の映像を見て癒されるという方法も持ってもらえたら。いつもやっている方法が無理でも複数のリフレッシュ法のレパートリーがあれば、を試すことができます。お金や手間をかけずに普段の生活の中で、天気が良ければ青い空を眺めるというような時間を1分でも10秒でも持てれば、それだけでも気分転換につながると思います



金子先生、ありがとうございました！