



朝日子だより

吉高生のみなさんへ

後輩のみなさんに宛てて大学の様子や学問内容について書きました。
進路を考える際の参考になれば幸いです。

荒井 久美 (平成 16 年 普通科卒業)

上智大学大学院 総合人間科学研究科

心理学専攻 臨床心理学コース 博士前期課程 在学中



現在学んでいる内容は・・・

学部時より心理学を勉強しています。学部も上智大学に在籍していました。大学院に入学してからはまだ日が浅く、ご説明できることが少ないので、主に学部での授業などの様子をご説明したいと思います。

1年次には主に心理学の基礎について勉強しました。心理学の歴史を学んだり、アメリカの心理学の教科書をグループごとに読みながら様々な心理学の理論を学んだりしました。また、「心を科学する」ために必要不可欠な統計的な手法についても学びました。1年次には専門科目以外の、英語や一般教養の科目に関する授業のほうが多かったです。

2年次には心理学の専門科目が増え、心理学科生らしい生活となりました。心理学というと臨床心理学やカウンセリングのイメージが大きいかと思いますが、それだけではなく、発達心理学、認知心理学、社会心理学など幅広い分野があります。多くの分野に触れながら自分の興味のある分野を見つけていきます。また、心理学研究法という授業を通し心理学の研究方法や論文



のまとめ方を実践的に学びました。この授業は毎週実験や心理検査を行い、その結果をレポートにまとめて提出するというものです。実験では、課題の反応時間を測定したり、脳波を測ったりもしました。心理検査は様々な種類を毎週自分でを行い、自分の結果を解釈してレポートにまとめました。その都度自分の深い部分と向き合わなければならないので、苦しいこともありましたが、この授業では毎週のレポート提出が課されているため非常にハードで、毎週提出日の前日になると心理学科生は皆ほぼ徹夜でした。

3 年次になると自分の興味のある分野のゼミに所属し、その分野の知見を深めていきます。ゼミでは講義のように先生の話
をただ聴いているのではなく、積極的な発言や参加が求められます。内容はゼミによって異なりますが、専門書をグループで講読したり、グループ研究を行ったり、実習に出たりするものが多かったようです。私の在籍していた大学では2つのゼミに所属することができたので、私は発達心理学ゼミとコミュニティ心理学ゼミに所属しました。発達ゼミでは前期に「赤ちゃんの感情はどのように発達していくのか」といった内容の英語の文献を読みました。後期にはグループ研究を行い、中学生と大学生の心理について比較検討しました。コミュニティゼミでは基本の教科書の講読を行った後、大学生のサークル活動についてグループ研究を行いました。



4 年次には卒業論文の執筆がありました。一年間かけて自分の興味のあるテーマについて研究
します。先行研究を読み漁り、研究計画を立て、実施し、論文を執筆するという作業は非常に苦しくもあり、楽しいものでもありました。提出期限の前日に、ゼミの仲間と大学に泊り込んで徹夜で執筆したのも、今では良い思い出です。



現在は大学院の臨床心理学コースに在籍しています。臨床心理学というのは、心理的な問題を抱えた人々を理解、援助するための理論や枠組みを勉強する学問です。心理療法やカウンセリングの技法も学びます。心理療法と一口に言っても数多くの方法があるので、大学によって学べるものが異なるでしょう。臨床心理士という資格を取得するためには大学院を修了することが必須となります。

大学の様子

上 智大学は東京都の四ツ谷にあります。四ツ谷は新宿から一駅の非常に便利な場所です。大学の前には桜並木が続いており、毎年春になると素晴らしい景観が望めます。キャンパスは都心にあるため少し狭いですが、きれいに整備されており生活しやすいです。また、上智といえば国際的！というイメージをお持ちの方もいらっしゃると思います。実際帰国生や留学生に開かれた学部があるため外国人学生がたくさんいます。英語をはじめとするあらゆる言語がいたるところから聞こえてきてくるので驚くことも多々あります。



大学入学前と入学後の差は・・・

心

理学に関しては、私は臨床心理学やカウンセリングのイメージを持って入学したので、認知心理学や生理心理学で脳の機能などについて勉強したとき、はじめは非常に違和感を覚えました。また入学前には大学生といえば遊んでいる、というイメージを抱いていました。入ってみると、上智大学の学生は比較的真面目で、熱心に勉強や部活動等に取り組んでいる人が多いという印象を受けました。



高校と大学の違い

自

由、の一言に尽きると思います。時間割に関しても必修と定められているもの以外は自分の好みにしたがって自由に選択できます。日々の生活についても何に重きを置くかは個人の自由です。授業、遊び、アルバイト、ボランティア、サークル、資格取得、旅行など、選択肢は無限にあります。4年間という長いようで短い、限られた時間をいかに過ごすかは各人によって異なります。また大学ではより多くの人々と出会うチャンスがあると思います。多くの人との出会いによって自分の考え方や価値観が大きく変化する良い機会だと思います。

大学卒業後の進路

学

科のおよそ30%は大学院に進学します。後は一般企業に就職する人や公務員になる人もいます。私は大学院に進学しました。修了後は臨床心理士資格を取得し、臨床心理士として働きたいと考えています。

吉高生へメッセージ

努

力すれば成功する、とは限らない。しかし、成功した人は皆努力していた。

この言葉は私が高校時代の先生から教えていただいたものです。私はこの言葉を胸に目標に向かって努力し続けることが出来ました。みなさんも夢や目標、何かやりたいことを見つけて、そこに向かって頑張ってください。高校生活は一度しかないので一生懸命楽しんでください。勉強や部活にひたすら打ち込める環境を与えてくださる先生方や家族の方々に、感謝の気持ちを忘れずに！

