

NPO 法人コアカウンセリング支援協会
2024 年（令和 6 年）新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。
旧年中は格別のお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。
年頭にあたり皆様のご繁栄とご健康を心からお祈り申し上げます。

最近、心理カウンセリングをしていると、

- ・タイパ（タイムパフォーマンス・時間対効果）
- ・コスパ（コストパフォーマンス・費用対効果）
- ・ワンチャンいけんじゃね？（ワンチャンス・一縷の望み）

という Z 世代、Y 世代の言葉をよく聞きます。

また、
忙しい
お金がない
なにしても変わらない
という中高年の言葉もよく聞きます。

若者は大人を反面教師にしつつ、でも、一縷の望みは持っている。
大人は、現実を受け止め、諦めることで、自己を保ちたい。

令和時代の悲しい心の病理が垣間見れます。

2023 大晦日の紅白歌合戦では、
「Yellow Yellow Happy」という曲が流れました。
「もしも 生まれ変わっても また私に生まれたい この体と この色で
生き抜いてきたんだから すべては 私が私で いるために
すべては すべては "happy"のために 」
という歌詞があり、心にグッときました！

日本人のこころの叫びと感じたからです。

生まれ持った気質や育った環境、外的要因、遺伝、生息地は人それぞれ。
才能や能力は、公平ではなく、不公平です。

多くの人が、挫折を経験したり、人から蔑まれたり、裏切られたりして、
他人を信頼できなくなり、自分に自信をなくし、下を向きながらも、
死ぬこともできず、自分らしく生きることもできず、求められる努力もできず、
人や環境に迎合しながら、情けなくとも、恥ずかしくとも、なんとかこの年齢まで生き抜いてきた。

こんな自分でも、
親に、先生に、上司に、友達に、社会に、無条件で認めてもらいたいけど、

それ以上に、
自分が自分自身を認めてあげたい。
だって、
自分を許せるのは、マジ自分しかいない。そう、幸せになるために

若者達も、大人達も、想いは同じです!!

心理カウンセラーは、クライアントさんが自分を無条件に認めて、自分を許せて、
幸せになるための心理的過程における伴奏者たる存在です。

令和時代、心理カウンセラーの存在意義は、
とてつもなく大きなものになるでしょう!!

弊会は、名古屋で心理学・カウンセリング普及の草分け的存在として、
30年以上に渡り活動してまいりました。

今後も、心理カウンセラーとして、クライアントさんのために、
より良いカウンセリングをご提供できるよう精一杯、精進していく所存です。

本年も御指導、御鞭撻を賜りますよう、何卒宜しくお願い申し上げます。

2024年（令和6年）元旦
NPO法人コアカウンセリング支援協会
理事長 宮崎勝博（公認心理師・精神保健福祉士・社会福祉士）