

阪神カウンセリング・ラボ

ニュースレター

2016 5月号



良好な夫婦関係を維持するために（2）

女が話すことで共感を求めるという行動は、人類進化の長い歴史を経て獲得された女の脳神経生理学的な状態です。男が狩りで出かけて留守をしている間に、残された女同士がまとまって集団で暮らすことが、自分を守るために必至なことでした。もし、その集団から離れるようなことが起こると、それは自分や自分の子どもの死を意味しました。そのために、女はその集団の中では話をして共感を得ていく必要がありました。その話がよいとか悪いとかそうした理屈はさておいて、仲間であることを共感し、理性的な判断よりも感情的なことを重視する能力が必要とされます。また、子育てで自分の赤ちゃんの体調を、表情や顔色や雰囲気などで察知しないと手遅れになってしまうことがあるために、常にそれらを読み取る能力も必要でした。そうした女の行動は、脳の組織を女特有のものにしました。男と異なるのは、左脳と右脳の連絡を司る脳梁とその先端部の前交連の組織が大きいのです。それは、男に比べ圧倒的に太く大きくできています。前交連とは、視床下部の後方にあつて「情動情報」の連絡通路です。この通路が大きく、多くの情報を流せるようになっています。

男と女の間関係を良好にしていくためには、まずこうした脳神経生理学的な男女の違いを理解していくところから始める必要があります。

受講生募集！

場所：梅田相談室
料金：4,000円(税込)

平成28年5月～平成28年10月 アサーション・トレーニング 理論編

5月 8日(日) 13:00～14:30

①アサーションとは

5月 22日(日) 13:00～14:30

②なぜアサーティブになれないか



アサーション・トレーニング 実践編7

5月 15日(日) 13:00～14:30

○内容 アサーティブなコミュニケーション
(ロールプレイ)

マインドフルネス スキル トレーニング

5月 21日(土) 10:30～12:00

日本人の心

MBSの番組に「プレバト」というのがあり、毎週とても楽しみに見えています。その中に、俳人夏井いつき先生が、芸能人の創作した俳句の査定をするコーナーがあります。夏井先生の解説、添削に毎回なるほどと勉強になり、語彙力の豊かさや磨かれた言語感覚に刺激を受けています。以下二つの俳句では、どちらが“才能あり1位”だと思いますか？(答えは「わかるはわかる俱樂部」に記載)

「大仏が 見ているつつじを 僕みてる」(千原ジュニア) 「み仏の 指やわらかく 春の風」(三遊亭円楽)

限られた字数の中にその情景や心情を表現したり想像したりする俳句は、日本文化の代表的なものです。小中学校の国語では、物語の一字一句に登場人物の思いや情景を想像し読解する授業を受けてきたと思います。日本社会の「察する文化」は、教育のなかでも常に大事にされてきました。しかし、日本人であったとしても、「察する」ということは、さまざまな人間関係において、楽しい思いやつらい思いなどを体験していくことによってできるようになることなのでしょう。そうでなければ単なる沈黙や遠慮です。

阪神カウンセリング・ラボ

<http://www.hanshin-cl.com/>
<http://www.wakaru-ha-kawaru.com/>

* 梅田相談室

〒530-0014
大阪市北区鶴野町4-11 朝日プラザ梅田9階910
Tel/Fax 06-6147-2533
E-mail hanshin-cl@star.ocn.ne.jp

* 明石相談室

〒673-0891
明石市大明石町1-7-4 白菊グランドビル512
Tel 078-917-6880

