

デジタル ボイス

メールカウンセリングの現場から

安藤 房子

私は、自分のサイト以外にも、いくつかのインターネットサイトや携帯サイトで、心理相談を受けている。

どのサイトで回答するときにも、私のカウンセリングに対する気持ちに変わりはない。ただ、サイトによって相談者の傾向や相談内容には違いがある。

あるNPO法人での心理相談には、三十一～四十代の女性が多く集まる。泥沼離婚や不倫問題などの相談が主だが、中には嫁姑(しゅうとめ)問題や、子育て、熟年離婚についての相談もある。

また、ある携帯サイトは、もともとが心理解説が売りのサイトであるためか、知識を吸収したいという熱心な二

十一～三十代の独身男女からの相談が多い。こちらからの回答にも心理学的な解説を望む人が多く、相談内容の多くは、仕事や育児、うつ病やパニック障害などの精神疾患についてである。

別の携帯サイトは、とてもかわいらしいキャラクターのサイトであるためか、小・中学生からの相談が多く集まる。こちらは童貞」という方からセックスの

相談を受ければ、「積極的にがんばってみて」という回答になる。相談者の年齢や希望、あるいは性格や心の状態などによって、私の回答がガラッと変わるのだ。そして、それでいいのではないかと思っている。

たとえば、小学生の女のコから「彼とセックスをしたい」という相談を受けたときには、「恋愛には、いろいろな楽しみ方があると思いますよ」と、相談者の気持ちにセックス以外に向かうことを祈るし、逆に三十代で処女(あ

もちろん、まだまだ私の回答が完璧でないかと思ってしまう。一生そんなことはないに違いないのだが、完璧な癒やしの言葉を指すのが、自分に与えられた役割だと思っ

人によって違う 癒やしの言葉

役割を果たすために、私もいろいろと考えをめぐらす。相談者は、何をいちばん必要としているのだろうか。そして、思う。私のカウンセリングが、たとえば、いい音楽や映画や、おいしいお菓子のよう

に、相談者の元気のもとになってくれたらと。この原稿も、カウンセリングをしているとき

まったく同じ気持ちで書いている。コラムも詩もノンフィクションも小説も、目指すところは「癒やし」だったりする。ところで、去年の十二月にドコモ公式コンテンツ「フロッグスタイル・ブログ」用に書いた二百五十数編の四行詩も、そんな気持ちで書いた。このサイトでは、利用者が「今日の気分」を携帯画面から選択すると、サイトのキャラクターである「フロッグスタイル」から「癒やしの言葉」をかけてもらえるのだが、その言葉が私の書いた四行詩なのだ。

キャラクターになりきって詩を書くのははじめて。果たして、私の言葉で利用者の方が癒やされてくれるのだろうかという不安も、正直ある。なので、もしもアクセスした方は、ぜひこっそり教えていただけませんか。癒やされたか、まったく癒やされなかったのか……。(と、最後はちょっと宣伝モードなのでした)

(恋愛カウンセラー・作家、大江町出身)
次回(は)第一十曜日に掲載します

