

# こころ

心を深く見つめることで、  
大切な人への  
寄り添い方が見えてきた。

人間学部 心理学科4年

奥山美裕 | 鯖江高校出身 |

心理学を学び始めてからは、人の気持ちを深く考えるようになったと思います。特に、脳波や心拍などの生理反応によって心の変化を捉える心理学実験の授業では、被験者の心が動く要因を探る経験から、心を客観的に捉える意識が高まりました。ゼミでは、動物の行動と比較することで人の心を考察する動物心理学を学んでいます。いま取り組んでいる卒業研究を通して、もっと心の捉え方への理解を深めたいと考えています。将来は、大切な人の悩みに共感し、少しでも気持ちを楽にできる存在になりたいです。

# センパイに聞きました！ Q 心理学の学びを通して目指す自分



悩んでいた時に  
支えてくれた、  
先生のような人にな  
りたい。

心理学科1年  
山際結子 | 小松大谷高校出身 |

中学生の時、私の悩みをいつも親身  
になって聞き、解決の方法を一緒に  
考えてくれる先生がいました。心理  
学の学びを通して、この先生よう  
に、困っている人を助けられるよう  
になりたいです。

夢中になって  
いること > ボランティア

月に一回、清掃のボランティアに参加しています。毎回、幅広い年齢層の人と触れ合って話をすることで、地域のこと好きになりました。



人間関係の問題に、  
一緒に立ち向かえる  
存在。

心理学科1年  
廣瀬勇史 | 福井商業高校出身 |

最近、SNS上での友人関係のトラブ  
ルや、誹謗中傷が増えていると感じま  
す。現代における様々な人間関係の  
悩みに対し、相談を受けたり対策を考  
えたりすることで、解決できるように  
なりたいと考えています。

夢中になって  
いること > 読書

小説が好きです。登場人物の気持ちになって読み進めると、とてもワクワクします。本が好きなお人と、いろいろ話したいです。



相手をよく  
観察することで、  
気持ちを読み取り、  
応えたい。

心理学科2年  
東 甚汰 | 福井高校出身 |

人の行動の変化から心の状態を推し  
量れるようにになりたいです。相手をよ  
く観察して、相手の望んでいることも  
望んでいないこともしっかりと考えた  
上で、気持ちに伝えていく学びが大切  
だと思っています。

夢中になって  
いること > 整理整頓

隅々まで掃除して、不要なものを思い切って捨てることで、清々しい気持ちになります。部屋が綺麗だと、様々なことにやる気が出ます。



様々な視点を受  
け入れて、  
人を笑顔にでき  
ようになりたい。

心理学科2年  
吉江未帆 | 三国高校出身 |

高校で写真部に所属し、人はそれぞれ  
違う視点を持っていると気づきました。  
心理学を学び始めてからは、どんな意  
見も肯定的に捉えることが可能だと知  
りました。心の多様さを受け入れ、人を  
笑顔にする方法を見つけたいです。

夢中になって  
いること > 写真

写真は、少し編集を加えるだけで、印象が大きく変わるところが魅力の一つです。とても難しいですが、挑戦のしがいがある楽しいです。



信頼のおける  
関係を築いて、  
悩んでいる人を  
支えたい。

心理学科3年  
向川侑生乃 | 金津高校出身 |

授業を通して、集団の中での自分のあ  
り方について、客観的に考えられるよ  
うになったと感じます。相手や自分の  
立場を理解することで信頼関係を築  
いて、悩んでいる人に寄り添えるよ  
うになりたいです。

夢中になって  
いること > 読書

見たことのないモノや場所を想像することが楽しいです。物語の舞台となった場所に行ってみると、新たな発見があります。



つらい時は、  
助けを求めにくくなる。  
そんな心情に  
気づくことが大切。

心理学科3年  
柏 湧太 | 水橋高校出身 |

過去に、つらい気持ちになり、人に助  
けを求めるのが難しく、一人で無理を  
した経験があります。そうした状態にあ  
る人にいち早く気づき、ダメージが大  
きくなる前に声をかけられるようなカウ  
ンセラーになることを目指しています。

夢中になって  
いること > 絵を描くこと

もともと絵を描くことが好きで、大学に入り、改めて熱中しています。好きな漫画やアニメのキャラクターを鉛筆で描いています。