

自分の可能性をより広げるために 選んだこれからの時間

日本での勉強・研究・臨床現場と経験を重ねるうちに、気付けば留学からもう二一年目になる。働くことになってからも、何度かの転機があった。一つ目は五年前に関東から関西へ移住したこと、二つ目は、今在職している大学で、二〇〇六年度にアメリカのボストン大学の心理臨床教育機関であるCenter for Anxiety and Related Disorders at Boston Universityへ在外研究の機会を得たことである。自分の専門である認知行動療法のプロセス研究(From Research to Practice)が、実際に臨床場面でのように実践されているのかを学ぶのが目的であった。患者に対する治療現場の視察やチーム医療への参加など、貴重な体験をすることができた。

私にとっては日本も外国であるが、さらに第三国で、異なるバックグラウンドを持つ人たちとの交流を通して、新しいことを発見し、より自分の可能性を広げることができた。「苦労するからこそ、得られる自信も大きくなる」ことを実感した。これらの素晴らしい経験は大学教育や臨床現場での仕事に大変役立っている。

大学教員という立場から多くの学生と出会う機会が増えた。また、病院の心療内科心理

士として、心の悩みを持っている患者との出会い、専門職と関連がある仕事が増えることによる新しい出会いなど、さまざまな形で出会いが広がっていく。今度は私と出会う人に少しでも役に立つように、自分の可能性を広げていきたい。

あきらめないことは人生で 最も大切な才能である

現在は兵庫県立大学看護学部心理学系の教員として教育に携わっている。専門は臨床心理学の認知行動療法、心身医学である。教育活動が主体であるが、臨床や研究活動にも力をいれている。医療機関(心療内科)での仕事は隔週一〜二回、主に心身症をはじめとした不安障害全般の心理治療に携わっている。

これまでの日本での二〇年は、自分の描いた理想像を追いかけてきたというより、むしろ真つ直ぐに突き進むことで今の自分がいるような気がする。苦しくてもあきらめずに続けて来た私は、これからの時間をどう迎えるだろうか。きつとこれまでの時間よりは、できること、できないことを客観的に見つめ直す時間になると思う。

これからは「あきらめないことは人生でも大切な才能である」という言葉を励みにしながら、たくましい国際人に成長しつつある自分を見いだせることを期待したい。

中央公論 7月号 発売中! 定価800円(税込)

〒104-8320 東京・京橋2-8-7 中央公論新社
TEL 03-3563-1431

こんな政治に誰がした

日本没落の理由 堺屋太一 政治家ミシュラン 岩見隆夫・松本健一・伊藤惇夫
——この国のリーダー15人の通信簿

「光市母子殺害」判決を考える 佐木隆三・井上達夫

後期高齢者医療制度の嘘と真実 川瀨孝一・久坂部 羊・葉上太郎

平成文学の可能性を探る 加藤典洋^時 迷走、地球温暖化大論争 養老孟司・宇沢弘文・武田邦彦^時

眠っている自分の力に気付く きっかけになった日本への留学

一九九一年国際文化教育交流財団セイホスカラーシップ奨学生。韓国出身。一九八八年来日。一九九三年早稲田大学卒業、九五年同大学院人間科学研究科を修了、九八年博士号取得。二〇〇三年兵庫県立看護大学看護学部心理学系助教を経て、二〇〇八年より現職。

兵庫県立大学
看護学部心理学系教授

金 外淑

キム ウェスク



👉 いれまの610年

先日、来日間もない頃にお世話になった先生から一八年ぶりに電話をいただいたが、今でも私が先生の声を覚えていることに感激をされていた。先生との出会いは、留学前に、偶然ある図書館で見つけた本を頼りに手紙を出すことから始まる。留学希望の私が当時勤めていた韓国の病院に、日本の先生から「受けとった手紙の日本語が理解できないので、具体的に話してくれないか」という電話があった。まだ日本語のたどたどしい私に、辞書を頼りに手紙を書いたので無理もない。その後、先生から「日本は物価が高いし、学費も高いからもう一度考え直した方がよい」とい

う連絡があった。しかし、私は家族や周囲の反対を受けながらも、日本への留学の道を選んだ。先生の心配は、経済的な負担より、むしろ私の日本語力であったことを大学入学後に知った。「あきらめなくてよかった。これからたいへんだらうと思うが頑張つてほしい」と先生から励まされた。小さな偶然から日本との出会いが始まり、思わぬところで思いもかけない人に出会い、そこから、私の日本での生活はさまざまな形に広がり始めた。

👉 初めてもらった奨学金の意味

日本の大学に留学し、二年間継続的に奨学金が支給されるセイホスカラーシップ奨学生

●国際文化教育交流財団は、経団連第一代会長故石坂泰三氏の遺徳を記念し、一九七六年に設立された。これまでに、世界三一カ国の大学・大学院へ一七二名の日本人留学生を派遣するとともに、世界三七カ国四九〇名の外国人留学生への奨学金の供与や講演会等を実施してきている。

に選んでいただいた。その時のうれしさは今でも覚えている。国際文化教育交流財団や生命保険協会に感謝申しあげたい。奨学金が経済的支援となっている上に、他の奨学生との交流を通し、お互いに刺激し合いながら、日本の社会・文化に触れられる貴重な体験をするきっかけになった。その時の経験は、文化の違いや言語の壁を超え、さらに上を目指して自分の世界を広げていく土台になったことは言うまでもない。

早稲田大学を卒業後、大学院、さらに博士課程に進み、学位を取得するまでの長い年月のうちに、自分自身の内面を深める努力の大切さを学び、自分の中にある可能性を開くことができた。

孤独と忍耐に満ちた自分との戦いでもあったこの時期に、自分もそれまで気が付いていなかった力を最大限に引き出すことも、自分が持っているひとつの能力であることに気付いた時でもあった。それが私の基礎となって今の仕事を支えている。