

TO BE!

東北文教大学で
見つける、叶える。
なりたい自分へ進行中。



あなたの
身近な

心理学

PSYCHOLOGY

「心理学は特別な人のもの」—— そんなイメージを持っていますか？

実は、日々の暮らしの中にこそ、心理学の視点が役立つ場面がたくさんあります。

今回は心理学を専門とする先生にお話を伺いながら、心の動きや思考のパターンなど、身近なテーマを通して心理学の面白さをひもといていきます。



よいこと、悪いことは、いつから芽生える？

TOPIC 1

ある実験で、生後6カ月の赤ちゃんに坂を上ろうとする丸い図形を見せた後、その動きを助ける三角形と、邪魔をする四角形の映像を見せました。最後に三角形と四角形を並べて赤ちゃんに選ばせると、赤ちゃんは「助けた」図形に手を伸ばしました。図形の配置を変えても結果は同じ。子どもは興味のあるものや好きなものを手に取ろうとするものなので、助けてくれる良い人の方を選ぶという、善悪の基本がすでにこの時期から芽生えているのです。

TOPIC 2 夢中になるって、何だろう？

何かに夢中になり、時間も自分の存在も忘れるような集中状態——それは心理学で「フロー体験」と呼ばれます。スポーツでは「ゾーン」、ダンスでは「トランス」とも言われ、極度の集中がパフォーマンスを最大限に引き出します。フロー状態に入るには、明確な目標、すぐに返ってくるフィードバック、そして自分の能力よりほんの少し高い課題（普段の力の4%くらい上）に挑戦することが鍵です。これは勉強にも応用できます。「やる気が出ない」と感じるこそ、少しだけ難しい問題に取り組んでみる。すると「やってみよう」という気持ちが芽生え、さらに答えが返ってくことで夢中になって取り組める。日常の中の“ちょっと上の挑戦”が、私たちをフローへと導いてくれるかもしれません。



TOPIC 3 強い自信と、弱い自信

無気力の強い子どもたちに算数の課題を解いてもらうという実験を行いました。一方のグループは簡単な問題で成功のみを経験。残りのグループは成功も失敗も経験し、失敗の際に「努力が足りなかった」と考えるように訓練されました。すると、成功体験のみのグループは確認テストで失敗すると再び無気力に。反対に、成功も失敗も経験したグループは失敗してもやる気が持続されました。安易な成功は実は「弱い自信」にしかありません。成功も失敗もある中で、失敗したときに努力不足だったから次に挑戦しようという気持ちが「強い自信」を育てます。「自分にはできる(だろう)！」と信じることでできれば強い自信につながり、めげずに挑戦し続ける力になっていきます。



人は信じたい情報を、つい集めてしまう

TOPIC 4



司法犯罪心理学の分野では、「素人理論」という言葉があります。これは専門知識のない人が自身の経験や感覚に基づいて立てた理論のこと。例えば、ニュースで「家庭環境が犯罪の原因」と報じられると、「やっぱりそうだ」という素人理論ができあがり、ほかの要因は例外として切り捨てられてしまいます。こうした自分の信じる情報ばかりを集めてしまう傾向は「確証バイアス」と呼ばれ、判断の偏りを生む原因にも。私たちは誰しも、自分の感覚や主観を持って生きています。しかし、その「当たり前」を問い直し、専門的な知識から見たときにどのくらい優先されるべきことなのか、直近の状況とどう影響し合うかなど、多面的に見る視点を心理学の学びでは大切にしています。

お話を伺った人

Faculty interview

発達心理学では、人が生まれてから一生のあいだに、心や行動がどう変化し、なぜ変化するのかを研究していきます！

人間科学部
人間関係学科 教授
永盛 善博 先生
専門分野：発達心理学・教育心理学
担当科目：家族心理学など



心理学は、公認心理師などの専門職にとどまらず、社会のあらゆる場面で役立てることができそうです！

人間科学部
人間関係学科 講師
内山 博之 先生
専門分野：司法犯罪心理学
担当科目：臨床心理学など

📍やまがたグローバル人材
育成コンソーシアム

令和6年度地域グローバル・
リーダー育成プログラム

人間科学部 子ども教育学科／2年
清水 朋泰さん
秋田県立秋田明徳館高等学校 出身

ラトビア留学中、現地の学生や社会人に日本語クラスを開き、漢字やアニメの話題で盛り上がりました。現地の方々はシェアハウスへ招いて開いたホームパーティーも心に残っています。ラトビアの人たちの温かく前向きな言葉に励まされ、自分を肯定できるように。この経験が自信となり、物事に意欲的に挑戦できるようになりました。将来は、人の思いに耳を傾けられる小学校教員を目指しています。



STORY 03

📍オーストラリア語学研修

Sun Pacific College

短期大学部 子ども学科／2年
鈴木 こはねさん
山形県立米沢興譲館高等学校 出身

英語を話せればもっと多くの人と関われると思い、高校時代から興味のあった海外留学に挑戦。最初は単語だけの会話が精一杯でしたが、2週間の滞在で現地の人の会話も聞き取れるようになり、自分から話しかけることもできるようになりました。挑戦することの楽しさを知り、コミュニケーションスキルも上がったと感じます。大学へ編入して幼小接続について学び、小学校教員になるために活かしていきたいです。



コアラを抱っこしたり、ワニの肉を食べたり...海外ならではの経験も！



📍オーストラリア語学研修

Sun Pacific College

人間科学部 子ども教育学科／4年
小野 涼花さん
酒田光陵高等学校 出身

英語に苦手意識がありましたが、覚悟を決めて語学研修に参加。「友達100人の壁打破」を目標に、たくさんの人に声をかけ続けました。英語が拙くても「話したい」という思いがあれば、誰とでも打ち解けられると実感。留学をしたことで、世界には自分よりもはるかに努力している人があることを目の当たりにしました。将来のために今できることに全力で取り組み、教員になる目標を叶えたいです。



世界を見ることで自分を
見つめ直すきっかけになった！

📍フィリピンから来日

留学生別科
片倉 郁理矢さん
セントローズカトリックスクール
(フィリピン) 出身

日本語を上達させたいと思い来日を決意。話しかけるのが苦手で不安でしたが、学生や学食のスタッフさんが気さくに話しかけてくれ、フィリピンや中国、韓国からの留学生と交流できたことも嬉しかったです。授業や部活動では自然と日本語に触れる機会が多く、会話を通して人とつながる楽しさも感じられるように。パティシエの専門学校への進学を目標に、語学力をさらに高めていきたいです。

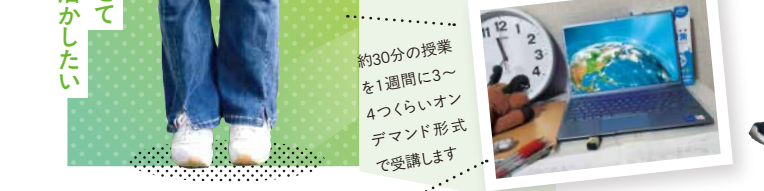


R.I.A部でのたこ焼きパーティーの様子。クッキング部にも所属しています

📍サイバー韓国外国語大学
オンライン受講

人間科学部 子ども教育学科／2年
木内 日央里さん
東北文科大学山形城北高等学校 出身

オンライン授業では、「初級」、「中級」、「旅行で使える韓国語」を受講。授業はすべて韓国語。習った文法を実際に日常生活で使ったりでき、身に付いていると感じます。チューター活動での国際交流を通して人と話すことが楽しくなり、「前向きにやってみよう！」という思いが強くなりました。今は幼稚園の先生や韓国関連の仕事に興味があります。韓国語以外の言語の勉強にも挑戦したいです。



語学力をアップさせて
国際交流に活かしたい



約30分の授業を1週間に3〜4つくらいオンデマンド形式で受講します

📍韓国から留学

人間科学部 人間関係学科／2年
表 眞さん
正義女子高等学校(韓国) 出身

幼い頃から日本のアニメや食べ物が大好きで、小学生の夏に1カ月を日本で過ごした経験から、いつか日本に住んでみたいと思うようになりました。通っていた高校が東北文科大学と協定校だったことから進学。蔵王温泉や山寺への観光、R.I.A部でのお花見など、日本の文化に触れる日々は視野を広げ、自分を見つめ直すきっかけになりました。卒業後は、興味のある言語を活かした仕事ができたらと考えています。



日本人学生や留学生と、文化体験を通じて交流を深めています！

📍韓国語語学研修

ソウル女子大学

人間科学部 人間関係学科／2年
小野 未志さん
新庄北高等学校 出身

中学時代から韓国アイドルを推し続け、独学で韓国語の勉強も。大学1年次には思い切って韓国に留学。現地で韓国語が通じた感覚は今でも忘れられません。有名なテレビ局の見学やチマチョゴリでの街歩きなど、すべてが新鮮な体験でした。この経験から「興味を持ったら飛び込む」気持ちが強くなりました。今は韓国語を活かせる職業にも関心があります。いろんな経験を重ね夢を見つけないです。



伝統衣装のチマチョゴリで出かけたことがすごく嬉しかった！



飛び込んだ先で得られた
一生の思い出

📍R.I.A部所属

R.I.A(留学生と一緒に遊ぶ)部

人間科学部 子ども教育学科／4年
松田 綾菜さん
山形市立商業高等学校 出身

R.I.A部では、留学生と芋煮会やクリスマス会などを楽しんだり、山形花笠まつりに参加したりしています。芋煮会では言葉が通じなくても一緒に料理することで心が通じ合うことを実感。留学生に伝わりやすい言い方を工夫する中で、自然とコミュニケーション力も高まりました。将来は、実習での経験から児童養護施設で働くことが目標。子どもたちの成長を見守ってける保育者になりたいです。



笠を手に、お揃いの法被で
山形花笠まつりを盛り上げた！

EXPERIENCE

STORY 06

留学生と山形の文化を体験
多様な考え方に触れられる



会話分析から学ぶ 実践的コミュニケーション

Q ご専門の内容と、それを授業でどのように展開されているのか教えてください。

A 私の専門は、日本語学の中でも「談話分析」と呼ばれる領域です。談話とは、会話や文章など、文を超えた言語のまとまりを指しますが、その中でも、授業では日常的な会話のやりとりを扱う「会話分析」に焦点を当てています。会話にどのような特徴やメカニズムがあるのかを理論的に捉えながら、それを実際のコミュニケーションにどう活かせるかを学生と一緒に考えています。

Q 授業で大切にしていることは何ですか。

A 理論を一方的に伝えるのではなく、演習や体験を通して得られる「気づき」を大切にしています。例えば、沈黙が生まれる場面を再現したうえで、「なぜ沈黙が気まぐず感じるのか」を考えてもらい、私たちが言葉を交わす中でいつの間にか共有している無意識のルールや、会話に内在する仕組みに目を向けさせます。また、学生の中には、何かをお願いすることで相手

教員プロフィール／東北文教大学 人間学部 人間関係学科 教授。博士(文学)。山形大学大学院社会文化システム研究科修士課程修了、東北大学大学院文学研究科博士後期課程修了。専門分野は日本語学、日本語教育学。研究課題に「接触場面の研究」「日本語学習者の学習環境および学習ストラテジーに関する研究」がある。

澤 恩嬉 SAWA EUNHEE 人間関係学科 教授

違いを理解し共感する力が
他者とながら
社会を生き抜く糧になる

に負担をかけることへの遠慮や、どのように伝えるかを考えること自体の煩わしさから、言いたいことを飲み込んでしまう人も少なくありません。そうした背景も踏まえ、依頼の表現なども演習課題にしています。例えば「買い物で10円不足したとき、友人にどう頼むか」という設定でグループワークを行ってみると、人によって表現が異なり、それぞれの言葉遣いや心の動きが見えてきます。こうしたプロセスを通じて、丁寧さとは単に正しい敬語を使うことではなく、相手への配慮や気持ちの伝え方と深く関わっていることを実感してほしいと思っています。また、コミュニケーション能力は「人前でうまく話すこと」に限らず、うなずきや相づちなど、聞き手としての姿勢も大きな役割を果たします。学生たちが、「言いづらかったのは自分だけではない」「会話の構造を知ること、少し自信が持てるかもしれない」と気づき、より前向きに人と関わっていけるような学びを届けたいと考えています。

異文化交流を通して広がる 多様性へのまなざし

Q 先生は本学の国際センター長も務められ、国際交流や地域連携にも取り組まれています。

A 国際センターでは、留学支援や留学生の受け入れ、国際交流に関するさまざまな取り組みを行っています。留学生が安心して学び、学内や地域での交流を通じて、留学生と日本人学生の双方が異文化理解を深められる環境づくりに力を入れています。さらに今年度から、国際センターを含む複数の部署が連携し、「日本語特別プログラム」を開講しました。県内在住の外国人を対象とした地域貢献事業で、日本語能力の向上と交流機会の創出を目的にしています。こうした異文化交流を通して、学生たちには異なる背景や価値観を受け止め、共感する力を育ててほしいと考えています。共感には理解が不可欠です。違いに戸惑っても関わりを諦めず、「なぜそう考えるのか」「どうしたら分かり合えるのか」を想像しながら人と向き合ってほしい。そうした姿勢が、どんな環境でも他者と信頼関係を築き、力強く社会を生き抜く糧になると確信しています。

NOTICE BOARD

「東北文教大学日本語特別プログラム」開講式を開催しました

2025年7月3日(木)、本学会議室にて「東北文教大学日本語特別プログラム」の開講式がおこなわれました。

本プログラムは山形に在住する日本語を母語としない方を対象に、日本語能力の向上と異文化理解を目的とした地域貢献事業としておこなうものです。県内で初めての実施です。

当日は、社会福祉法人友愛会の関係者4名、特定非営利活動法人ヤマガタヤボニカ関係者3名のほか、本学から須賀一好学



長、鈴木隆副学長、佐藤晃副学長、三瓶典子福祉推進センター長、澤恩嬉国際センター長、阿部いそみ留学生別科長らが出席し、モンゴル、ベトナム、インドネシア出身の受講生10名が参加しました。

式では、須賀学長が「楽しく日本語を学んでほしい」と激励の言葉を述べたほか、三瓶典子福祉推進センター長、社会福祉法人友愛会の安達憲昭事務局長、特定非営利活動法人ヤマガタヤボニカの横沢由実代表理事からもあたたかいメッセージが寄せられました。代表理事は「日本語の勉強を頑張ってほしい」と語り、受講生を励ましました。続いて、受講生一人ひとりが自己紹介をおこないました。

本プログラムは、2026年3月までの期間、2週1回・3時間の授業を実施します。授業では日本語の基礎と日常で役立つ実践的な表現も学びます。加えて、留学生別科の学生や日本人学生との交流の時間も設けられており、学びと異文化交流の両面から支援をおこないます。

この取り組みは、文部科学省委託「キラリと光る教育力」事業の一環として実施され、山形県や山形市の「外国人材受け入れ」「国際化推進」とも連携。本学の教育資源を活かし、外国人の日本語力向上と地域定着支援、さらに学生のダイバーシティ対応力育成を目指します。

山形県との 包括連携協定の締結について



山形県と東北文教大学は、緊密な連携と協力により、それぞれが有する人的・物的・知的資源を有効に活用し、教育・保育・福祉・国際化・産業などの分野における人材育成を通して地域社会に貢献していくために、包括連携協定を締結いたしました。

包括連携協定締結式

・日時：2025年3月25日(火)14:15～
・場所：山形県庁5階 501会議室
・出席：山形県知事 吉村 美栄子(敬称略)
東北文教大学学長 須賀 一好

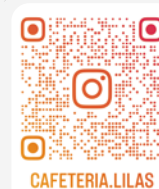
東北文教大学学生食堂を リニューアルしました！



2025年7月1日(火)より学生食堂をリニューアルし、「東北文教カフェテリア リラ(Lilas)」という名称でオープンいたしました。

メニューを大幅に増やし、カフェメニューも追加いたしました。

地域や外部の方にもご利用いただけます。今後もメニューを充実させてまいります。更なる展開にご期待ください！



Instagram
あります！
フォロー
お願いします！



プレイヤーの想いに応え
滑走性を追求し続ける
ワックスを

林 真子 さん

HAYASHI MASAKO
ハヤシワックス 代表

子どもが大好きで、幼稚園の先生に憧れて短大へ。卒業後は保育士として働きましたが、体調を崩し、結婚を機に専業主婦に。そんな中、2006年にスキーやスノーボード用のワックスの開発・製造を行う会社を立ち上げました。きっかけは、家族で訪れた蔵王温泉スキー場。繰り返し滑るうちに板に雪が付着し思うように滑らず、子どもたちが「もう帰りたい」と。残念で悔しい思いをしました。ちょうどその頃、ある親御さんに「大会で勝敗を決めるのは、高価なワックスを塗ってあげられるかどうか」と言われ、その言葉に衝撃を受けたのです。

「子どもたちのために何とかできないか——」その思いで台所から始まったワックスづくり。サンプルを集め、幾度となくテストを重ね、多くの方々の助けがあり、今ではたくさんのプレイヤーに求められる製品になりました。支えとなったのは「人との関わり」。人は大人になっても子どもの頃と本質的な部分はそう変わらないもの。短大時代に学んだ「幼児教育」の知識が、相手の本質に触れ、一歩踏み込んで関わる上で今も活かしています。

大切にしているのは、製品を否定する声に耳を傾けること。「滑らなかつた」と言われたら、どこが悪かったか、どう改善できるかを尋ねる。そうしたフィードバックが、製品開発の原動力になっています。一番のやりがいは「よく滑ったよ」と言ってもらえる瞬間。利益よりも滑走性を追求し、人に喜んでもらえる製品づくりを何よりも大事にしていきたいです。

20年間夫婦で歩んできましたが、今では子どもたちも成長し、手伝ってくれるように。この仕事を、最愛の家族に想いごと引き継ぎたいという気持ちが芽生えています。若い人たちが夢を持っている場を整えながら、私自身もまた、新たな挑戦に踏み出そうと考えています。

私の HISTORY

プロフィール
1968年生まれ。基督教独立学園高等学校出身。山形女子短期大学(現 東北文教大学短期大学部)幼児教育科卒業。保育士を経験後、専業主婦に。2006年にスキー・スノーボードの企画・製造・販売を行うハヤシワックスを起業。

短大時代

授業で蔵王温泉スキー場に。蔵王の広大なスケールに心から感動！

卒業後

保育士を経て結婚・出産。短大時代に経験した蔵王の感動を家族にも伝えたいと蔵王温泉スキー場へ

38歳

独学でワックスを学び、試作を重ねて、ハヤシワックスを立ち上げた

ここがターニング Point!



子どもたちのために何とかしたい一心で、ゼロからワックス開発に挑んだ！

40代後半

日本ではまだ珍しかったパラフィン配合のリキッドワックスを販売。ハヤシワックスの名が広く知られるように

現在

オリンピックやワールドカップでは日本代表選手をはじめ、他国チームにも支持され使用されており、ユーザーの声で常に進化していくワックス開発を目指す