

トツゲンツ! 業界探検隊

mission 32

世の中にあるたくさんの職業。よく知っている仕事もあれば意外と知らない仕事もある。プロフェッショナルの裏側はどんなものなのかが実態を探るべく業界探検隊は今日も行く。



心の糸をほぐす

臨床心理士のお仕事

絵

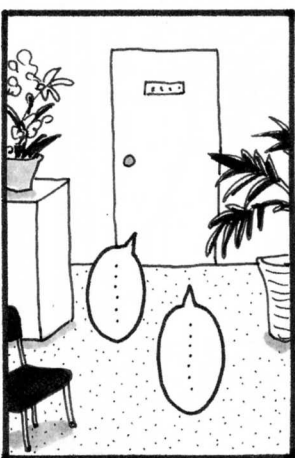
中野久美子



<業界探検隊メンバー紹介>

サッチ
マンガ家修業中。好奇心が盛んな女の子。探検隊の隊長である。

ポチ
サッチのアシスタントだが、時としてサッチより有能。頼りになる隊員。





●心理テスト

クライアントの性格・考え方などが悩みの原因となっている場合は、心理テストなどを使って、その人の特徴を詳しく探ります



●予備面接

＜心理カウンセリングの流れ＞

初めにクライアントの話をよく聞き、悩みの原因を明らかにしていきます。例えば、学校で人間関係に悩んでいる学生の場合……



これは何の形に見えますか？

えっ、雲？ 鳥かな？手を広げた人にも見える



ずいぶん慌てた話し方をするわ…



●心理カウンセリング

心理カウンセリングは、悩みという、いわば絡まった心の糸をほぐしていくようなものです

絡まった心の糸をほぐす？

そう。悩みの原因を一つひとつ明らかにしていくことで、解決法をクライアアントと共に考え、悩みを取り除いていくのです



どうして、そんなに慌てて話すの？



……、なんだか緊張して、つい話すのが早くなるんです

どうして緊張するのかしら？

人に合わせるのが苦手だから…、かな…



私きつと、協調性に欠けてるんだわ

そうだとすると、も、クヨクヨすることないわよ



えっ…
人に合わせられないのは、あなたが自分に正直だからかしら？

正直…、そうかもしれないです



ちょっと不器用かもしれないけど、一つのすてきな個性じゃない？



個性的だと思えばいいんだ！

そうよ。ただ、もう少しゆっくり話すようにしたらどうかしら？



人に与える印象がずっとよくなって、あなたの個性的な魅力が伝わりやすくなると思うわ



わかりました、そうしてみます！



●心理療法

カウンセリングでは、悩みの深さや内容によって、話を聞くだけではなく、さまざまな療法を試みます

●箱庭療法
模型を使って、箱の中に庭をつくらせる

●芸術療法
絵を描いたり、楽器を弾いたりさせる

●遊戯療法
自由に遊ばせる。主に子どもの場合

これらの方法は本人が気づかない心の奥深くにある気持ちを知るのに役立ちます

同時に、気持ちをときほぐすこともできます

悩みの原因が家族との関係にある場合は、家族でカウンセリングを受けてもらう場合もあります

ひゃー、難しそう！

「臨床心理士」という資格があるわ

カウンセリングをするには何か資格があるんですか？

●家族療法

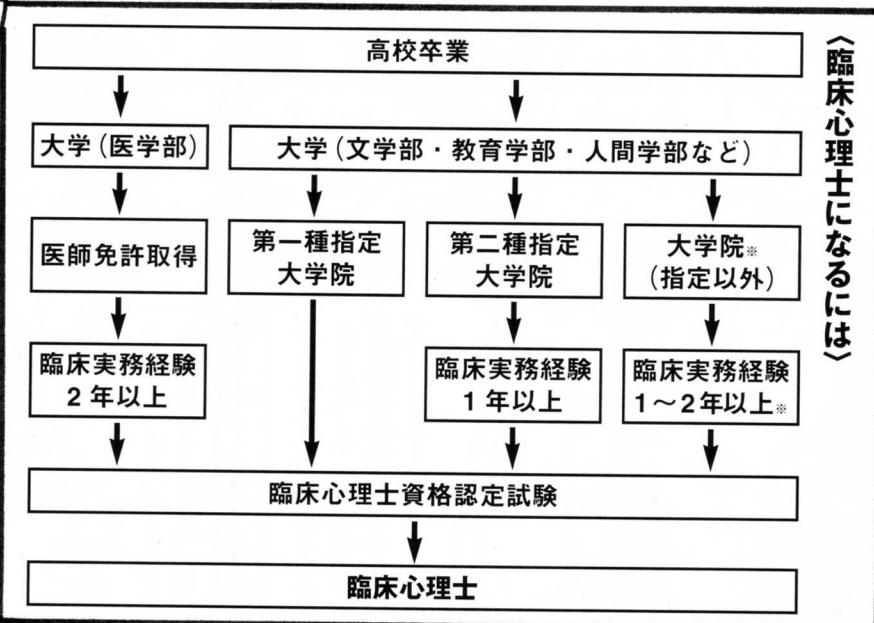
同時に、気持ちをときほぐすこともできます

同時に、気持ちをときほぐすこともできます

ひとくちメモ

<臨床心理士と精神科の医師>
精神科の医師は、カウンセリングをしながら、薬物を中心とした治療を行うのに対し、臨床心理士は薬を用いず、じっくりとカウンセリングを行う。

精神科の医師もカウンセリングを行うわ



*指定以外の大学院を卒業して臨床心理士資格認定試験を受けられるのは、平成18年度までです。
「臨床心理士」は(財)日本臨床心理士資格認定協会が認定している資格です。

『臨床心理士』はさまざまな職場で働いているのよ

〈『臨床心理士』が活躍する職場〉

●教育の分野

学校内の相談室、教育センター、教育相談機関など

●医療・保健の分野

病院、診療所、保健所、リハビリテーションセンターなど

●福祉の分野

児童相談所、高齢者福祉施設など

●個人でクリニックを開業

●その他

家庭裁判所、刑務所、少年院、警察関係の相談室、企業内の相談室、職業安定所など

さまざまな場所で心理カウンセリングが必要とされているの



毎日いろんな人の悩みを聞いていて、疲れたりしませんか？



でも、初めて来院した時には元気がなくて、とても落ち込んでいた人が、カウンセリングを繰り返すことによって、明るい表情になってくると、とてもうれしくなるわ

サッチも元気出てきたもんね



クライアントに悩みからくるイライラをぶつけられることもあるから、そういう時はちよつとつらいかな



深い悩みを乗り越えた人から元気に生活しているというお手紙をもらうと、この仕事をしていて本当によかったと思うわ！

すばらしいお仕事だと思えます！



あと、一人ひとりと深くかかわるから、治った後も近況を知らせるお手紙をくれることもあるの



ただ、日本では
まだまだ、心理
カウンセリングを
受けることに
抵抗感を持つ人が
多いのも事実なの



△〇クリニック
心理相談

ヒズに
なるけど

臨床心理士

「ヒズに」というのは、患者の「いま」を聞き出すプロ
臨床心理士の仕事は、患者の悩みや苦しみを聞き取り、その原因を探り、適切なアドバイスやサポートを提供することです。また、患者の自己肯定感を高め、自立した生活を送れるよう支援することでもあります。

私の出番 患者の「いま」を聞き出すプロ



※朝日新聞 1997年1月12日より



二んには

二んには

憂鬱な気分が続いた時は、一人で悩まずに、私たちが心の専門家に相談してほしいわ。その方がずっと気持ちラクになりますから



さて、サッチさんはそのアイドルが大好きなんでしょう？

はい



それなら、彼の幸せを祝福する気持ちになれないかしら？

祝福する気持ち…



なれます、なれる気がします！

つらくても、大好きな人の幸せを祝福できるサッチさんは、すごい女性だと思いますよ



あんなにブルーだったサッチを、すっかり元気にしてくれた市川先生こそ、ホントにすごいです！



ありがとうございます！



ねえ聞いた？ 私、すごい女性だって、フフフ。ポチも幸せよね、こんな素敵な女性と暮らせて

もう一度、カウンセリングが受けたいわ！ いいんじゃない？

次回は「弁護士」のお仕事を見に行くよ！ おっ楽しみに!!