



## ご存知 ですか？

# 心理療法士③ (心理療法士 脇坂 陽子)

**心理療法士（臨床心理士）は精神科と健康管理科で、心の健康について心理学の立場から援助する仕事をしています。その中から、今回は、精神科の外来・病棟・デイケアでどのような仕事をしているかをご紹介します。**

### 【精神科外来】

精神科外来を受診された患者様に、精神科医の依頼で、心理テストや心理療法を行います。

心理テストには知能検査と性格検査があります。知能検査では知能の発達の程度や特徴がわかります。性格検査は性格傾向の把握や、診断の補助のために行われます。

心理療法は神経症や不登校、摂食障害などの思春期の患者様を対象にしています。親御様には子どもさんの心理の理解を助け、親の役割を助言する親ガイダンスを行っています。

### 【精神科病棟（児童思春期病棟）】

当院の精神科病棟は19歳以下の方が対象の児童思春期専門病棟（開放病棟）です。

ここでは、精神科医、看護師、精神保健福祉士、作業療法士、心理療法士がチームを組んで、表1にあるようなさまざまな集団療法を行っています。それらの中で、心理療法士は主にグループ・ディスカッションやサイコドラマ（心理劇）、小グループ活動など対人関係を重視したプログラムと、芸術療法の1つである美術を担当しています。

児童思春期は成長期でもあるので、症状をやわらげるだけでなく、患者様の心身の成長を考えることが重要です。そこで、こうした活動を通して、患者様が新しい体験をしたり、仲間意識を高めたりして、自分の得意なことや苦手なものにチャレンジしながら、自分を理解していくことを大切にしています。スタッフやさまざまな人との人間関係のなかで、相手との関わり方を学び、自分の気持ちを相手に上手に伝えられるように、見守り、支え、患者様ご自身の力を発揮できることを目指します。

また、入院患者様の親御様を対象に、親ガイダンスのグループも行っています。

### 【思春期デイケア】

16歳から25歳までの方を対象にしたデイケアです。ここでは、多職種と協力して、スポーツや料理、美術、季節に応じたレクリエーション、フリートーク、グループワークなどの集団療法を行っています。こうしたグループ活動やさまざまな体験を通して、患者様が社会生活をしていく上での自信と生活技能を身につけることを目指しています。



中庭



病棟ホール

【表1 病棟の週間スケジュール】

	午前	午後
月	個別活動	グループ・ディスカッション、コミュニケーション・エクササイズ
火	音楽・サイコドラマ	ファイトクラブ
水	体操	小グループ活動
木	散歩	園芸
金	美術	ソフトボール