

# 日々研鑽

～職員が取得している資格を紹介します～



当院の職員は、患者さんにより質の高い医療を提供するために、入職後も日々研鑽を続け、それぞれ特定の分野において高度な知識と技術、経験を積むことによって得られる様々な資格を取得しています。この連載では、資格を得るための条件や流れ、資格取得後の働き方などについてご紹介していきます。

## 臨床心理士 ～資格取得方法と仕事内容～

### 1. どんな仕事なの？

ひと言でいえば、こころの問題にまつわる困り事の軽減・解決に向けて、人々を支援する仕事です。医療、教育、福祉、産業など、様々な分野で活動しています。

### 2. 医療機関では何をしているの？

一般的な医療機関では、「カウンセリング」「心理療法」と呼ばれるような個別面接や、こころの状態についてよりよく知るための心理検査などを担当することが多いです。

それ以外の仕事として、地域や社会に向けたメンタルヘルスの啓発活動や、学問的な知見をたしかにするための調査・研究などもあります。

当院のメンタルヘルスセンターの場合は、休職中の教職員の方々を対象としたリワークプログラムの運営や、メンタルヘルスに関する講演、ストレスチェックの報告書の作成なども仕事に含まれます。

こころについて考える仕事全般を任される立場、と言えるかもしれません。



相談室



メンタルヘルスセンター  
エントランス

### 3. 必要な資格はあるの？

「臨床心理士」の資格は、日本臨床心理士資格認定協会によって1988年に創設されました。協会が指定する大学院において修士課程を修了することが取得要件とされており、5年ごとの更新が義務づけられています。

国が定める資格としては、「公認心理師」があります。こちらは、2017年施行の公認心理師法にもとづいて創設されたものです。学部卒を取得要件とし、更新制度は設けられていません。

### 4. 精神科医とは違うの？

精神科医は、医学を修め医師国家試験に合格した医師です。心理学を学んだ臨床心理士とは異なります。

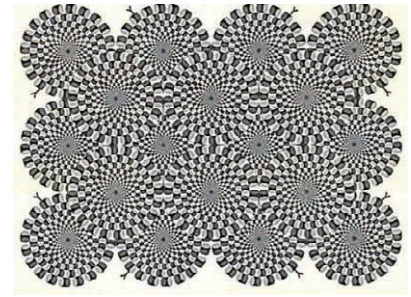
実践上、両者の大きな違いとして、精神科医は薬物や通電療法など、“もの”を通じて身体に働きかける手段を持つ一方、臨床心理士はそうした手段を持たないということが挙げられるでしょう。

メンタルヘルス不調は、脳の疲労などを背景にして生じるという意味では、身体が関わる物質的な現象でもあります。にもかかわらず臨床心理士は、メンタルヘルス不調に陥った方を前にして、“もの”を使わずしてこころに働きかけることを求められます。

そのような臨床心理士が医療機関で活動する上で、精神科医と連携することはとても重要です。

## 5. どんな勉強をするの？

大学の学部では、基礎心理学と呼ばれる分野をまんべんなく学びます。認知心理学(人間の記憶や思考などのメカニズムを研究する)、発達心理学(成長に伴うこころの変化を研究する)、生理心理学(こころの働きが身体に及ぼす影響を研究する)、社会心理学(個人のこころが社会や集団から受ける影響を研究する)、パーソナリティ心理学(こころの個人差やその人らしさについて研究する)などが代表的な分野でしょう。基礎心理学では多かれ少なかれ、こころや行動について測定した結果を数値化して分析することが求められます。そのため、前提知識としての統計学を1年次の必修科目にしている大学がほとんどです。「こころについて学ぶのに、まず数字を扱う勉強から？」と意外に思う方もおられるかもしれません。



認知心理学の分野の錯視の例  
「蛇の回転」作:北岡明佳

大学院の修士課程に進学すると、応用心理学の一分野としての臨床心理学を本格的に学び始めます。学内にある心理相談室で個別面接を担当したり、様々な機関で実習をしたりして、こころの支援を実地で学ぶこととなります。個別面接に初めて臨むときの緊張感や、初めて面接したケースのこと(この段階では初心者なのでうまくいかない場合が多い)は、この職業のスタートを切る上でとてもインパクトのある体験です。その頃の記憶がひときわ印象に残っているという臨床心理士は、きっと多いのではないのでしょうか。

## 6. 大学院を出た後は？

大学院の修士課程を3月に修了し、その年の10月に臨床心理士資格試験を受けます。一次試験はマークシートの多肢選択と論文記述、二次試験は複数の面接官による口頭試問です。試験に合格すれば、晴れて臨床心理士の資格を得ることができます。

ただし資格や免許というのは「あなたはその仕事をしてもよい」という許可であって、「あなたはその仕事において優れている」という証明ではありません。運転免許を持っている人が、必ずしも運転が上手いわけではないのと同じことです。

したがって大学院修了後も、ベテランの専門家と個人的に契約をして継続的な指導(スーパービジョン)を受ける臨床心理士が少なくありません。さらに、5年ごとの資格更新に必要な研修への出席、専門家同士の情報交換や交流の場として重要な学会への参加、最新の知見を得るための専門書籍の購読など、勉強は絶え間なく続きます。

また、学問としての心理学と直接関係がなくとも、文化的な創作活動に触れることは、人のこころのありようについて考える上で欠かせません。文学、美術、音楽、映画、演劇などへの興味関心を持ち続けることも、臨床心理士にとって大切なことです。



メンタルヘルスセンター  
臨床心理士 亀澤 毅士