

# 心理師の関わり

## 心理室 室長 竹岡里紗

当院を受診されるお子さんは、学校生活や日常生活の中での困りごとが多く、そのために「できないこと」が目立ってしまったり、不安感や緊張感が強くなったり、自己肯定感が下がってしまっている方が多くいらっしゃいます。私たち心理師は、そのようなお子さん達に対して知能・発達検査やカウンセリングを実施しています。

### 知能・発達検査について

検査というと「IQを出すため」「診断をつけるため」と思われてしまうことも多いですが、一番の目的は「周囲の大人がそのお子さんに関する共通の理解を持って、今後の支援を考える」と考えています。検査に取り組まれている時の様子や、それぞれの心理検査結果を通じて、お子さんごとの得意なこと・苦手なことを見つけたり、どんな場面で困りやすいか、どのような支援があると生活しやすくなるかを考えていきます。1回の検査にかかる時間は大体1~2時間程度です。お子さんのことを多面的に理解するために、いくつかの心理検査を組み合わせで行いますので、数回お越しいただく必要があります。



- \*1：五感を通して入ってきた情報を整理する力
- \*2：人と対する場面でふさわしい振る舞い出来る力
- \*3：自分の感情や行動をコントロールする力

### カウンセリングについて

お子さん達は、からだが発達途中であるように、こころもまた発達している真っ最中です。そのため、自分のこころの動きをキャッチしたり、こころの中にあることを表現することがまだまだうまくできません。こころの揺らぎが大きすぎて、自分だけでは対処しきれないことがあるかもしれません。カウンセリングの中では、心理師との遊びや、ゆっくりお話ししていくことを通じて、少しずつ自分の気持ちに気づいたり、適切な方法で気持ちを表現し、解消していく方法を見つけていきます。また、<sup>\*1</sup>認知機能や<sup>\*2</sup>ソーシャルスキル、<sup>\*3</sup>感情コントロールスキルを高めていくためのトレーニングを一緒に行うこともあります。

継続的に関わっていく中で、できなかったことができた！、苦手なことに頑張って取り組んだ！、言葉で自分の気持ちを伝えられるようになった！等々、お子さんたちの成長を目の当たりにすることは少なくありません。心理検査の実施やカウンセリングを通じて、お困りごとへの対処や工夫を考えていくだけではなく、「それぞれのお子さんが持つ力を十分に発揮できるようにするにはどうすればいいか」という視点を大切に関わっていければと考えています。

心理検査やカウンセリングのご希望がある場合は、まずは診察にてお気軽にご相談ください。