



心理科便り Vol. 23



2024年12月

今年も残すところあと数週間となりました。みなさんにとって、今年はどうな1年だったでしょう？

気付けばこの心理科便りも丸2年、続けることができました。今年も心理科便りを手に取ってくださりありがとうございました。また来年も、ちょっと面白い心理学のあれこれをご紹介できればと思います。よいお年をお迎えください。

コラム「心理学豆知識」

No. 23～心理士がよく言われる言葉～

今回は豆知識とは言えないかもしれませんが、心理士の仕事をしていてよく掛けられる言葉をご紹介します。心理士を主語にしてしまうとちょっと言いすぎなので、あくまで私がよく言われる言葉にはなりますが…それはずばり、

「心理士って、人の心が読めるんですか？(心を読まれそうで怖い)」です。

これは心理士に聞けば9割がた同意してもらえるのでは？くらいには本当によく言われるのですが、もちろん読心術みたいに人の心を読むことはできません。

ではどうしてそんな風に思われる方が多いのか。心理学の中でもよく刑事もののドラマに登場するようなイメージの、行動分析やプロファイリングなどを専門とする領域は、その人がどんな人か、つまり、どういう思考や行動パターンを持ち、どのような性格特性があるかなど、細やかに分析するのが得意だからなのかとも思います。

繰り返しになりますが、臨床では対話や心理検査を通して推察する(アセスメントをする)ことはあっても、その人の考えていることがぱっと読めるわけではありません。でも、構えちゃうのはちょっとわかります。相手を理解しようとするためにいろいろなサインを拾いアセスメントするのはもはや癖のようになってしまっているようです。これは皆さんあてはまる場所があるかもしれません。

例えるなら、私は看護師をしている友人がさりげなく私の血管を見る癖があることを知っています。理学療法士の友人は私の歩き方について観察していることがあり、よくお尻の筋肉が全然使われてないと言われます。おそらくその職種によって目の付け所は違えど、何かしら「みている」のでしょう。

皆さんも、職業柄よく言われる言葉や“癖あるある”というのはありそうですね。う～ん、興味深い。今度ぜひ聞いてみたいです。

心理科の本棚



『母と子のアタッチメント 心の安全基地』
ビー

著：ジョン・ボウル

二木 武

監訳：

愛着についてしっかりと学びたいとき、まず読んでみるのにおすすめな専門書といえばこちら。

アタッチメント(愛着)については以前コラムでも取り上げましたが、この本は専門書でありながらも非常にわかりやすい言葉で翻訳されている気がします。

コラム様々な研究が発表されていますが、その本を詳しく読むと、最近の愛着

心理科便りでは、コラムで取り上げてほしいテーマを募集しています。これについて知りたい!と思っていることがあれば、ぜひお知らせください。職員の皆さんのメンタルヘルス相談も随時受け付けています。

ご予約・お問い合わせはこちらへお寄せください。➡ mail: fujiken-sinri@fujisiro-hp.info 内線:3400



↑メールはこちら