

## カウンセリングを考える⑤ カウンセラーの教育分析

カウンセラーといえども生身の人間で、自身が抱えている問題を一時棚上げしながら日々のカウンセリングを展開しています。そのため、自身の問題が棚上げできない状況に陥ったり、担当しているケースに行き詰ったりした場合、「教育分析」というカウンセラー自身がカウンセリングを受ける機会を持つことがあります。また、特別に問題がない場合でも、自身のカウンセリングの展開を客観的に分析検討するために、定期的にスーパーヴィジョンを受ける目的としても「教育分析」は必要とされています。

カウンセラーや精神科医などの、人の心を扱う仕事をしている（志す）人というのは、どこか自分自身が精神的に脆かったり、過去の辛い体験からトラウマを抱えていたりする人が多いらしいといわれています。それだけに、人の心を扱う仕事に魅力を感じるのかも知れないですが、反面、その仕事から感じるストレスも大きいはず。そういったことから、カウンセラーの教育分析は『カウンセラーの心の拠り所』として不可欠な作業といえると思います。



カウンセラー 小林晶子