

Broaden your horizons ⑩5 ～さあ、視野を広げて!～



こんにちは。メディセレのしゃっちょう、児島恵美子です。
国家試験に落ち、うつになった学生と多く出会ってきました。その子たちの少しでも力になりたい、そう思った私は学校に通い、心理カウンセラーの資格を取得しました。そして、心理カウンセラーはお薬の勉強をしないことを知りました。

うつを患う人たちの悩みの一つはお薬との付き合い方です。ですから、お薬の知識を身に付けなければお話になりません。そういう疑問を抱いた私はお薬の知識を持った心理カウンセラーを養成しようと思い、「医療心理学協会」を立ち上げました。そして、認証58号が誕生しました!

私が心理に興味を持ったきっかけは、うつに苦しむ学生の役に立ちたいという思いでしたが、実際に心理を勉強した後は、自分の役に立ったと思います。カウンセラーの資格取得後、しばらくして私は人生の大きな岐路に立ちました。起業です。それまで起業なんて考えたこともなかったのですが、急に起業する(?)決断に迫られたのです。その後の数カ月……。驚くほどさまざまなことが起こり、その時々自分の状況を把握しようと、自分で絵画療法をやりました。その診断は、「今の自分の頭の中は仕事が占める割合が極端に多い」、けれど「障害となるものはちっぽけなもの」という結果でした。それで私は「あ、私は乗り越えられる!」と自信をつけました(笑)。そう、私はまさにセルフカウンセリングをしていたのです。

認定者が誕生したので、懇親会を開催しました。1期生も集まってくれました。精神科の処方を受け取り、「どう接すればよいか」と悩んでいた薬剤師が「習ったことを存分に使っています!」と頼もしい薬剤師に変身していました。「その後、家庭で色々なことが起こり、最悪な状況に陥ったこともあります。習ったことを思い出しながら何とか改善し、今は非常に穏やかに過ごせるようになりました」と、会わない間に波瀾万丈な人生を切り抜けてきた生徒もいました。「学生にイラッとしても、セッションで指摘されたように語尾を変えるだけで関係性が変わったことに驚いています」と報告して下さった薬学部の教員もいました。

これからの薬剤師に必要なスキルの1つはカウンセリングだと思います。薬と心の知識を持ったカウンセラー、そんな人たちが国民の心と体を支えるようにしていきたいです。