心理科学部
臨床心理学科 編

# OB訪問

札幌芸術の森に隣接する「ときわ病院」に勤務する上河邉さん。児童精神科、一般精神科で臨床心理士として活躍しながら、新しい風を起こす団体を立ち上げ、さらには母校の教壇にも立つ、卒後4年目とは思えないマルチな活躍ぶりを紹介します。

## ときわ病院（札幌市） 臨床心理士
## 上河邉（かみこうべ） 力（ちから）さん

（心理科学部臨床心理学科2011年3月卒業、
大学院心理科学研究科臨床心理学専攻2013年3月修了）

### できることはできる時に

上河邉さんは高校時代、多彩な職業を紹介する書籍で知った「臨床心理士」の仕事の魅力にひかれて、本学に入学しました。在学中は主に療育に関わるボランティア、塾講師や家庭教師のアルバイトと学業を両立させ、3年次には本学で受験資格が得られる産業カウンセラーの資格を取得。臨床心理士をめざして迷わず進んだ大学院在学中には、後の就職先となるときわ病院で心理士としての臨床活動もスタートさせました。自らの可能性を広げ続ける上河邉さん、昨年は本学の特別講師として発達心理学の講義を担当。さらに国家資格化されたキャリアコンサルタントも取得しました。多忙な毎日ですが、学会発表や論文発表にも本学在学中から変わらず意欲的に取り組んでいます。

### 医療・福祉の枠を超えて

上河邉さんの主な業務は、成人を対象とした一般精神科と児童精神科外来「ときわこども発達センター」での医師との連携による心理検査、カウンセリングです。加えて、併設のデイサービスのスタッフ（保育士、作業療法士、教員免許等をもつ療育スタッフ、言語聴覚士など）との情報共有、スタッフへの心理学的見地からのアドバイスも重要な役割です。病院は医療、デイサービスは福祉と異なる分野ではありますが、上河邉さんはじめ臨床心理士は両分野の枠を超えて活動しています。医療と福祉、双方の視点の融合が、子育て支援をはじめ、心の悩みや発達に不安のある子どものすこやかな成長をめざす実践的取り組みを可能にしています。

大学院の授業の一環で江差町の中学生に劇でストレス対処法を伝えました。「準備から本番まで仲間と力を尽くした思い出」（上河邉さん）。町と学校から感謝状を頂き、「やりがい」を感じた授業の一つです。

### 2度の苦い経験に学ぶ

若いながらも心理のプロとしての落ち着いた雰囲気を漂わせる上河邉さんですが、そのベースには本学在学中の2度の苦い経験がありました。1度目は学部生の頃、アルバイト先の塾で教え子からリストカットについての相談を受けたとき。「かける言葉も、とるべきリアクションもわからなかった。心理学を学んでいるのに。自分が情けなくて、ずっと心に引っかかっていました」。その後、自傷は上河邉さんの卒業論文、大学院での研究テーマになりました。研究も進み、少し自信もついた大学院2年目、研修で重度自閉症の子を担当し、2度目の強烈なパンチに打ちのめされました。「小学校のボランティア経験もあって『子どもは得意』とうぬぼれていたんです。ところが言葉のコミュニケーションが取れず、私の存在を意識すらしてもらえない現実。自分が見てきた世界とは全く違う世界があることに、がく然としました」。時間をかけて絵カードを使うコミュニケーションが可能にはなりましたが、いまだにあの時ああしていたら、こうしていたら、と幾度も思い返すことがあるそうです。

ときわ病院では全臨床心理士の半数、5人が本学の卒業生です。写真左から高木梨帆さん（2016年3月大学院修了）、上河邉さん、上河邉さんの1期先輩・大野哲哉さん、他大学出身の坂岡さん。若々しくなごやか、チームワーク抜群の職場が患者さんの安心感につながっています。臨床心理士は一般精神科では白衣姿、こども発達センターでは私服で仕事をしています。

### 心理学が変えたもの

「心理学が自分を変えた」と、上河邉さん。「我が強く、理屈っぽく、人の意見に耳を貸さない自分を崩してくれたのが心理学です。価値観の多様性、異なるものを認める大切さを心理学から教わり、世界を見る目が変わりました」。

いま、上河邉さんの思いは一つの大きな夢に向かっています。それは、心理学を身近なものにして広く社会に役立てること。「心理学はサービスを求めて来た人への提供にとどまっていますが、それではもったいない。障がいのある人だけでなく、すべての人に役立つことを発信していきます」。その第一歩として3年前、同じ志をもつ臨床心理士と共に北海道心理臨床次世代の会を立ち上げました。

上河邉さんは、自ら実感した心理学の有効性を多くの人に伝えるために、これからも意欲的な活動を続けていきます。

上河邉さんは本学の臨床心理学科同窓会会長も務め、セミナーの企画・運営なども担当しています。