



**小宮 和樹 さん**  
2009年3月卒業  
大学院 人間福祉学研究所  
臨床心理学専攻 2014年3月修了  
岩見沢西高校出身

**佐々木 彩乃 さん**  
2014年3月卒業  
札幌創成高校出身

**笠山 菜緒 さん**  
2016年3月卒業  
苫小牧西高校出身

## 卒業生に聞く、学びと仕事のこと。

### ■ どうして心理学に興味を？

——今回は北翔大学で心理学を学び、卒業後に社会で活躍されている3名の方に集まいただきました。そもそも、みなさんが人の心に興味を持ったのは、どんなきっかけからなんですか？

**小宮**：大学に進学して心理を学びたいと思ったのは高校時代です。自分の心の中ってどうなっているんだろうと思いはじめたのがきっかけですね。

**笠山**：私もそれに少し近いというか、ある物事に対して、自分と他人はまったく違う考えを持っているというのがおもしろくて、心のことをもっと知りたいと思うようになりました。

**佐々木**：私は小さなころから心理テストが大好きで。変な言い方ですが、人の考えていることがわかれば、スムーズに生きていけるのかなというもあって、心のことを学んでみようと思いました。

### ■ 心の学び、こんな感じです

——そうしてみなさん、北翔大学に入学されたわけですが、心理の学びは実際にどんなものでしたか？

**小宮**：正直なことを言えば、学べば学ぶほど、わからないことが増えていくような学びだと思います。まさに「果てしない学び」

です。もちろん、いろんな視点や考え方を持つことができるようになるんですが、人の心というのは、ある問題に対して正解が1つではないですから。この先もずっと考え、学びつづけていくことが大事なんだと思っています。

**笠山**：みんなの考え方は一人ひとり違うものだというの、在学中の演習でグループワークなどを行うなかで、本当によくわかりました。事例検討という、実際にあった出来事についてみんなで考える機会があるのですが、これには正解がありません。自分はこう考えるけれど、別の人は違うことを考えていて…そういう考え方もあるんだという気づきにもなりましたし、自分の意見だけを押し通すと、相手のためにはならないというのも学びました。今は病院で相談を受ける立場にあるので、すごく役立っていますね。

**佐々木**：私はやっぱり、心理テストをする授業が印象に残っています。心理アセスメント法や家族心理学などでいろいろな心理テストを体験することができました。家族心理学の授業の中では、「動的家族画」というのがありましたね。動きのある家族の絵を描いて、その内容から自分が家族に抱いている深層心理をひも解いていくものなのですが、私は家族や関係者大勢を皆でパーベキューをしている絵を描いたのを覚えています。その絵を通して、自分が知らなかった自分を知るのが楽しかったです。

### ■ 大学、そしてその先の将来に向けて

——では最後に、心理の学びに興味を持っていたり、これからの進路をどうすべきか考えている高校生に向けて、メッセージをお願いします。

**佐々木**：心の学びは心理職などはもちろんですが、もっと幅広く活かせるということをお伝えしたいですね。たとえば私はホテルで働いていますが、性別も年齢も国籍も異なるさまざまな人への対応の基本になっていると思います。大学の4年間だけではなく、仕事を通して毎日楽しく心の勉強をしていて、それが暮らしや人生の豊かさにつながっていくと感じています。

**笠山**：そうですね。学びはじめると、どんどん興味が湧いてきて、ますます学びたくなるのが心理学や精神保健福祉学だと思います。大学生活では、楽しいことはもちろん、時には悩んで立ち止まることもありますが、この学科でなら、きっとそれらを共有できる温かな仲間や先生に出会えますよ。

**小宮**：自分の目標に向けて、本当に親身になってサポートしてくれる先生ばかりで、それがこの学科の素晴らしさだと思います。大学生活では、勉強やボランティアなどに限らず、いろんな体験をしてください。アルバイトでもサークル活動でも、学生時代のあらゆる体験が人生の大きな糧になっていくはずですから。

あなたの「どうして？」に、応える学科。

# COCORO

School of Education and Culture  
Department of Psychology and Counseling Vol. 03



どうして人は、変わっていくのだろう。  
どうして人には、変わらないものがあるのだろう。

## 過去3年間の 進路決定率<sup>※1,2</sup>



平成27年度  
92.6%



平成26年度  
90.7%



平成25年度  
100%

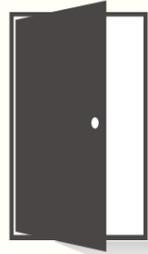
※1 就職・進学決定者を指します。

※2 関連する学科の情報を参考として紹介しています。

※3 平成25年度については平成26年5月1日現在、平成26年度については平成27年5月1日現在、平成27年度については平成28年5月1日現在のデータを掲載しています。



# Hokusho no Shinri



## OB-OG Interview

北翔の心理についてもっと知りたい。

そんなあなたの声に応えて、

実際に働いている先輩たちに聞いてみました。

学生時代から社会人として活躍する現在まで、

いつも人のところを見つめながら

どんなことを感じていますか？

## 心に寄り添い、安心の環境づくりを

### Q. 現在はどのようなお仕事を？

A. 私は精神保健福祉士の国家資格を在学中に取得しました。卒業後は精神科病院の地域連携支援室で働いています。この仕事の役割は、医師や看護師、院外とも連携しながら、問題解決に向けたお手伝いをすること。ご本人やご家族との面談などを通じて、安心して過ごせるように環境を整えます。こちらが一方的に指示するのではなく、よりよい方法をともに見いだしていくことが大切だと思います。

### Q. お仕事のやりがいは？

A. 精神科病院にはさまざまな不安や悩みを抱えている方が多いのですが、その内容を共有し、解決方法をともに考え、よい方向に進んでいく姿を見られたときは、うれしい気持ちになります。数十年という長期にわたって入院してきた方が退院を迎えられた日の笑顔も、忘れることができません。その後も毎日乗り越え、社会の中で根を張って、その人らしく生活されている様子にふれたときにもやりがいを感じます。

### Q. 大学生活で印象深かったことは？

A. ゼミを担当している先生の研究室にふらっと行って、勉強から恋愛のことまで、いろんなお話をさせていただきました。どんなときも親身に話を聞いてくれる先生の存在は、本当に心強かったです。学科の仲間とは、さまざまなボランティア活動をしたり、南富良野へ宿泊研修に行ったりと、多くの時間を共有し、悩みや将来の目標などを語り合ってきました。先生も仲間も、本当に素敵な出会いに感謝しています。

Shinri  
精神保健福祉士  
Hokusho

OB-OG  
Interview  
01

**Nao Kasayama**  
笠山 菜緒 さん  
医療法人 五風会 さっぽろ香雪病院  
2016年3月卒業  
苫小牧西高校出身

My past self  
4年次卒業研究を提出した時、  
大好きな寺田香先生と

## 心を支えるためには、人間性が大切

### Q. 現在はどのようなお仕事を？

A. 児童養護施設で心理職として勤務しています。具体的には、家族と一緒に暮らすことのできない、さまざまな背景を抱えた子どもたちに対して、遊ぶことやお話を聴くことなどを通じて心理的援助を試みています。大学院時代に発達障がいのある子どもに対して勉強を教える学習支援のボランティアをしていたのですが、もっと子どもたちと生活をともにしたいと思い、この職場で働くことを希望しました。

### Q. お仕事のやりがいは？

A. 子どもと一緒に生活をしながら、ともに楽しむ時間そのものにやりがいを感じています。そんななかで一人ひとりの成長を感じられたときはうれしいものですね。たとえば、怒りのコントロールができず、すぐにモノに当たってしまうような子が、少しずつ怒りの感情に支配されずに自分の中に収めることができるようになっていく姿にふれると、少しはその子の成長のお手伝いができたのかなと感じられます。

### Q. 大学生活で印象深かったことは？

A. 大学卒業後、すぐに就職したのですが、そこではうつ病で休職する人が少なからずいました。それでもっと心理の学びを深めたいという気持ちが強くなり、大学院生として北翔に戻ったのです。大学院での勉強を通して臨床心理士を取得するなど、理論や技術を身につけましたが、2年間で最も学んだのは、それらを活かすための人間性が重要だということ。仕事でもいちばん大切にしている部分です。

Shinri  
臨床心理士  
Hokusho

OB-OG  
Interview  
02

**Kazuki Komiya**  
小宮 和樹 さん  
社会福祉法人 北光社 ふくじゅ園  
2009年3月卒業  
大学院 人間福祉学研究所  
臨床心理学専攻 2014年3月修了  
岩見沢西高校出身

My past self  
人間福祉学部で行われた、卒業生研修会の懇親会でほろ酔い

## どんな将来にも活きる、心の学び

### Q. 現在はどのようなお仕事を？

A. 私は大学在学中に複数のホテルのアルバイトをしていて、そのつながりで現在働いている札幌市内のホテルに就職しました。「一般宴会」という部署に所属し、結婚式をはじめ、宴会や会議などのサービスマンとして働いています。会場設営を行って料理や飲料を提供したり、料理の発注、飲料の在庫管理なども担当しています。とてもやさしく明るいスタッフに囲まれ、助けられながら、常に笑顔の接客を心がけています。

### Q. お仕事のやりがいは？

A.トラブルが発生することもあります。困っているお客さまの状況や思いを理解し、冷静な対処を心がけるようにしています。そんななかで、お客さまから笑顔で「佐々木さんまた来たよ」とか「ありがとう」と言ってもらえるのはとてもうれしいですね。仕事をしていて感じるのは、大学で学んだ心理学がとても役立っているということです。カウンセラーや医療従事者だけではなく、すべての職種で活用できる学びだと感じています。

### Q. 大学生活で印象深かったことは？

A. 1年生のときに悩みを抱えていて、ゼミの先生の研究室に泣きながら飛び込んだことがあります。その際、「大丈夫だよ」とやさしい言葉をかけてくれるだけでなく、状況を丁寧に説明して下さり、私が自分で考えて対応することの大切さを教わり、心を冷静にして向きあうことができました。さすが心理学の先生だと感じました。大学生活は学科の枠を超えて素晴らしい仲間恵まれ、大学祭での出店など、楽しい思い出がたくさんできました。

Shinri  
民間企業  
Hokusho

OB-OG  
Interview  
03

**Ayano Sasaki**  
佐々木 彩乃 さん  
プレミアホテル中島公園札幌  
2014年3月卒業  
札幌創成高校出身

My past self  
4年次北翔祭でかき氷を出展。  
とーっても…涼しかった！