

氏名： 吉田 恵子 (YOSHIDA Keiko)
所属： 学生支援センター
職名： 講師
学位： 修士 (家政学) / MSc
専門分野： 学生相談 / Student counseling、心理教育的支援 / psychoeducational support、
キャリアカウンセリング / career counseling、ワークショップ型介入 / work shop、
MBTI / Myers-briggs Type Indicator
E-mail： yoshida.keiko@ocha.ac.jp

◆研究キーワード / Keywords

学生相談 / 心理教育的支援のありかた / キャリアカウンセリング / ワークショップ型介入 / MBTI
student counseling / psychoeducational support / career counseling / work shop /
Myers-Briggs Type Indicator

◆研究内容 / Research Pursuits

学生相談室での、相談活動の質を向上し、多様化した学生のニーズにより適切に応えるために様々な手法を研究している。相談者のプライバシーに対する配慮から相談活動の内容に関する事例研究は、困難が伴う。しかし、ワークショップ参加者に対する満足度および効果については調査・研究を行っている。

◆教育内容 / Educational Pursuits

4月にCMI(Cornell Medical Index)健康調査を新入生に実施し、希望者に結果のフィードバックを行い、こころと身体に関する啓蒙・予防的働きかけを行った。学部生・院生などにインテーク面接を行い、多様化した学生たちへの個別ニーズにきめ細やかな対応をした。インテーク面接の結果、引き続き個人相談及びカウンセリングを実施し、保健管理センター・学内相談機関及び外部医療機関にリファーしたケースのフォローアップも行った。さらに自己理解、他者理解を深めるワークショップ・自己表現力や対人スキルを高めるワークショップ・進路選択を考える手がかりにするためのキャリア支援ワークショップ・ヨガなど健康増進的・予防的支援ワークショップを企画・実施し、アンケート調査を行った。

◆研究計画

個別相談の充実および健康増進的支援をさらに発展させることを目指す。特に以下の領域における援助の充実をはかる。

①個別ニーズに応える相談と連携：多様化した学生への個別ニーズに応え、特に、教職員と保護者との連携が密になるように取り組む。教員との連携による不登校生徒や引きこもりなどの学生への対応、問題行動を起こす学生の対応のための学内連携が密になるように取り組む。問題別対応の仕方を示したリーフレットの作成と配布に力を入れ、メンタルヘルス全般に対する意識向上を目指す。

②キャリアに関する心理教育的支援：キャリアカウンセリングにおける自己分析ツールとして、現在、欧米諸国でデファクトスタンダードとなっている国際規格の性格検査であるMBTIを用いたワークショップを企画し、包括的な心理教育的プログラムをより充実発展させる。健康増進的支援に関しては、今後もヨガ体験などを取り入れた心身一体型のワークショップも継続し、言語を媒介にした支援に加えて身体的な活動を好む学生にも学生相談室の利用を促す。また、これらのワークショップの効果測定を行う。

◆メッセージ

受験生の皆さん、お茶大には、皆さんが充実した学生生活をおくることができるようサポートする機関の一つに学生相談室があります。学生生活・進路・ご自分のことで、問題や悩み、心配事があれば、お気軽にご相談ください。また、いろいろなグループワークも企画しております。例えば、「自分の強みを知りたい」「自分にはどんな能力や関心があるのか詳しく知りたい。」「自分に向いている仕事を知りたい。」「自分の性格について理解したい。」「さわやかな自己表現力を身につけたい。」などのテーマのワークショップです。主に、昼休みを利用して行っておりますので、どうぞお気軽に参加してください。特にお勧めはキャリアカウンセリングにおける自己分析ツールとして、現在、欧米諸国で最も信頼されている国際規格の性格検査であるMBTIを用いたワークショップです。さらにヨガ体験を取り入れた健康増進のためのワークショップも企画しておりますので、これも是非体験してみてください。学生相談室では、皆さんにお会いできるのを楽しみにしております。