

第73回 水野 雅之さん (東京家政大学)

日本心理学会若手の会コラムリレーでは、若手のみなさまに、ご活躍されている領域や普段の生活についてご紹介いただきます。

第73回目は、水野 雅之さんにご執筆いただきました。

人を支援する人を支援する

現在、私は対人援助職（人を支援する人）と対人援助職を目指す学生の支援に関する実践と研究に取り組んでいます。これまで他分野の対人援助職の先生方と一緒に仕事をすることが多く、そのような中で心理学が貢献できることは何だろうと考えるようになり、このような研究テーマにたどり着きました。

新型コロナウイルスの感染が拡大する中、非常に過酷な状況の下で、医療職は言うまでもなく、保育者や学校教員、福祉職、心理職をはじめとした対人援助職の方々は、我々の生活を見えないところで支えてくれています。しかし、最近になって新型コロナウイルスとの関係の中で、対人援助職の働き方が注目されるようになりましたが、対人援助職は平時においても、大きなストレスが伴う仕事です。

対人援助職が生き生きと自分らしく仕事を続けることができるような世界を実現するために、現在はセルフ・コンパッション（自分への慈しみ）をキーワードに実践と研究を進めています。

水野 雅之 (Masashi MIZUNO)

【所属】 東京家政大学

【連絡先】 mizuno-ma@tokyo-kasei.ac.jp

【HP】 <https://mssmzn.wixsite.com/mssmzn>