



# 家庭や職場の人間関係を改善 していくお手伝い。カウンセリング を誰もが気軽に受けられる場所へ。

現代社会は人間関係の問題やストレスと付き合う日々と言っても過言ではありません。そうした悩みを耳を傾け、解決への糸口を探していくのがカウンセリング。さまざまな人生経験を積み、現在の仕事に行き着いた野中さんに話を聞きました。



カウンセリングルーム虹  
臨床心理士  
**野中 春樹**さん  
(のなか・はるき)

広島県呉市出身。上智大学を卒業、ブラジルへ移住して教会の司祭となる。帰国後に広島なぎさ中学・高等学校の社会科教諭に就職、退職。広島国際大学大学院で学び臨床心理士の資格取得。現在「カウンセリングルーム虹」代表。

広島市西区横川町1-10-27-101 082-233-2557  
<http://niji-counseling.com>

## 一人ひとりと向き合う仕事

人は成長して生活するうち、さまざまな悩みやストレスを抱えます。その多くが家庭や職場での人間関係です。例えば子育ての悩み、夫婦や親子間の悩み、職場や学校での関係が上手くいかないなど、相談者によって内容も違います。ここではホームページや電話から問い合わせ、訪問の前に電話で簡単な質問後、来室していただきます。来室が困難な場合は電話・スカイプによるカウンセリングも実施しています。まずは悩みを聞かせていただき、臨床心理士の知識や経験から、何が本当の原因なのか、改善のために何ができるのかを一緒に考えていきます。病院で医師に診察されるのと異なり、解決策を提供するのではなく、絡まった問題の糸口を、カウンセリングで見つけていくようにしています。そのため心がけているのは「来室しやすい」「通いやすい」と感じていただくこと。カウ

## 生き辛さが貴重な経験に

私自身が思春期の頃、人前で緊張したり、意欲がわかないなどの悩みを抱えていました。そうした自分を変えたいと決心して、26歳の時にブラジルへ渡りました。ブラジルの開放的な空気に助けられ、次第に自分を表現でき、教会の仕事で貧しい人の支援にも携わり、やりがいを実感。ところが再び人前で話すのが辛くなった時、カウンセリングを体験。「人のために」が自分を傷つけていたことを発見できたのです。帰国後は教師として、意欲の出にくい生徒へ、実体験で世の中を知るジャンル生活の体験ツアーや自分らしく生きるための「人間科」の授業を実践。カウンセラーになりたい夢が生まれ、退職後に大学院で学び臨床心理士の資格を取り、5年前からカウンセリングルームを持ち、自分の仕事にしています。

## 相談者の変化が喜び

カウンセリングルーム虹は医療機関ではなく、料金も保険適用外となります。それでも定期的に50人前後が通われています。利用者が悩みを打ち明け、自己肯定できることが私の役割。カウンセリングでは、それでいいんですよの声かけを大切にしています。そこから意欲や楽しみが生まれ、変わり始めます。それを一緒に共有できることが喜びです。海外のカウンセリングは自分を振り返る場と考えますが、まだ日本では深刻な問題のある人が使うイメージ。一人で悩まず、ぜひ一歩前へ進んで欲しい。生き方の選択肢が広がるカウンセリングを、続けていきたいですね。



電停近くでアクセスも便利と好評。清潔感のある落ち着いた空間を用意。