

心理検査／心理カウンセリング のご案内

心理検査および心理カウンセリングをご希望の方は、当院医師との診察でその理由などをお伝えください。それを踏まえて、心理検査／心理カウンセリングを用いた治療の必要性和有用性を医師と一緒に考えていきます。その後、医師の依頼により当院公認心理師との心理検査および心理カウンセリングを始めていきます。また、新規のご通院と併せての実施もできます。お気軽にご相談ください。

公認心理師 諸隈 整

● 心理検査

主に医師の診療（診断名、治療方針、治療経過評価など）の補助として行っています。また、自分の性格、思考、知性などの傾向を客観的に知るための手段にもなります。心理検査の結果報告（対話か書面形式）により、自己理解を深める機会と今抱える生きづらさや困りごとを新たな視点で見つめ直す方法としてもご活用できます。費用は直接ご説明いたします。

● 心理カウンセリング

対話を中心とした治療の一つです。ご相談者の気になること、困りごと、悩みごとなどを一緒に見つめ直しながら、そこで起こる心のありようを共に感じたり言葉にしたりしていきます。そうすることで一人で抱えていた気持ちは軽くなり、柔軟性のある思考で問題と向き合え、問題解決の糸口や対処と工夫を考える機会となります。また自己理解の深まり、問題解決力、しなやかな精神的回復力などの向上や自己成長にもつながります。カウンセリングはそのような効果を目的としており、ご希望に合わせて認知行動療法の視点などを取り入れたご提供も行います。時間の目安は1回約30分です。回数や費用などは直接ご説明いたします。

