



# こころの健康相談室 ふお一えむのご案内

(令和8年4月～令和8年6月)



こころのケアを必要とするのは、支援が必要な利用者の方ばかりではありません。  
「こころの健康相談室ふお一えむ」は、川崎市内の福祉施設を運営している法人又は従事している職員の方を対象とした、こころの相談窓口です。臨床心理士が無料で相談に応じます。



## 相談日時 (★の日は夕方からの相談となります)

相談  
無料

4月10日(金)、13日(月)、20日(月)、27日(月)  
5月11日(月)、15日(金)★、18日(月)、25日(月)、29日(金)  
6月1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)

①13:30～14:20、②14:30～15:20、③15:30～16:20

★①16:30～17:20、②17:30～18:20、③18:30～19:20

## 例えばこんな相談・・・

- \*職場の人間関係がうまくいかない
- \*プライベートな悩みで仕事に集中できない
- \*漠然とした不安がいつもある
- \*いつも落ち込んでいて気分転換ができない
- \*攻撃的な利用者や家族にどう向き合ったらよいか、困っている
- \*職員のメンタルケアの仕方を学びたい
- \*組織内でのデリケートな問題が発生した際の解決方法について知りたい



【相談場所】川崎市総合福祉センター（エポックなかはら）5階

【相談方法】予約の上、来所による対面相談の他、状況に応じてオンライン、電話、事業所等への訪問等が可能です。（原則個人は3回、法人は5回まで）

【相談員】井上 果子氏（博士 横浜国立大学名誉教授 臨床心理士・公認心理師）

【予約方法】ホームページの申込フォームからお申し込みください。

（右下の二次元コード）後日、確認の返信をいたします。

1週間以内に連絡がない場合はお電話にてお問い合わせください。

フォームでのお申込みが難しい場合は、お電話にてお申込みください。

お仕事  
帰りの相談  
も可能



044-739-0058（予約受付時間 9:00～17:00）

申込フォームは [こちら](#)



※ 個人情報の取扱：「川崎市福祉人材バンク・メンタルヘルス相談事業における個人情報の取り扱いについて」に基づいて慎重に取り扱います。

※ その他詳細については、川崎市福祉人材バンクホームページ <https://kawasaki-jinzaibank.jp>



人間関係に  
役立つ☆

## こころの豆知識



### その34 【 逆転移 】

逆転移とは、対人支援の専門家が、クライアント(あるいは利用者)に対して抱く無意識的な感情反応のことを指します。専門家自身が過去のある人物に抱いた想いや、体験した出来事がクライアントとの関わりで刺激される現象です。

この概念は精神分析の創始者フロイト(Sigmund Freud)によって示されました。逆転移が発生すると、専門家は、あるクライアントには「守ってあげたい」「助けなきゃ」「かわいくて仕方がない」などの共感的なプラスの感情を過剰に抱いてしまう場合があります。また、別のクライアントには「イライラする」「苦手だ」「話を聞くだけで眠くなる」などの不快でマイナスの感情を過剰に抱いてしまう場合もあります。

対人支援の専門家がクライアントに対して、個人的な感情を混入させると、適切な職業的「距離感」が維持できなくなります。そのため、対人支援職の方々が「過剰な共感」や「過剰な不快感」を抱くことは不適切であり、業務に支障をきたします。

こうした不適切な感情反応には、ご自身の無意識的な体験(たとえば、これまでのご自身の親子関係で発生した問題、過去に受けたトラウマ、など)が影響し「逆転移」が発生すると考えられています。

どの分野の対人支援者であっても、逆転移の発生を防ぐことを心がけるために、ご自身の課題(や人間関係の特徴)と向き合い、クライアントに抱く感情をなるべく自覚して適切な距離を保ち、中立的な立場でクライアントと関わるのが最善です。

横浜国立大名誉学教授・臨床心理士・公認心理師 井上 果子

この紙面に関するご意見・ご感想をお待ちしています。

川崎市福祉人材バンク ☎044-739-8726

HP:<https://kawasaki-jinzaibank.jp>