

## 東京メンタルヘルス・スクエア カウンセラーの行動指針（コンピテンシー）

### 1. カウンセリングの基本を習得している

- ・受容・共感・自己一致を理解し日々のカウンセリングで実践している。

### 2. カウンセラーとして成長するための行動を継続している。

- ・セミナー、研修、自己学習を含めカウンセリングの学びを継続している。
- ・SV（スーパーバイジング）、GSV（グループスーパーバイジング）に積極的に参加し自らの成長に努めている。

### 3. カウンセリングにおいてクライアントと良好な関係を構築できる。

- ・クライアントとのラポールの形成と維持に配慮した行動をとっている。
- ・カウンセリングの基本的態度（純粋性、受容的態度、共感的理解）を理解し実施している。
- ・クライアントからのフィードバック、クレーム等を真摯に受け止め自らの成長に活かしている。

### 4. アサーティブに行動をしている。

- ・自分の意見を通すだけでなく、周囲の関係者の人格・意見を理解・尊重し、受け入れることができ自分も相手も大切にす行動、発言をしている。
- ・自分の期待することと異なる意見に対しても感情的にならずに対話している。

### 5. チームプレイヤーであることを意識して活動している。

- ・カウンセラー個人としてだけでなくチームのメンバーとしても活動していることを理解し、常にチームの価値を高め、チームメンバーのモチベーションを高める言動をしている。
- ・検討段階では個人の考えを積極的に発言し、アサーティブに協議をし、チームとして決めたことは受容して行動している。
- ・組織のルールはその背景と意図を理解し順守している。

### 6. 心のサポーターとして活動している。

- ・クライアントのカウンセラーとしてだけでなく、スクエアメンバー同士が快適な環境で活動できるよう、常に相手の気持ちに配慮し、困ったことがあれば支援できる準備ができています。

### 7. 法令・コンプライアンスを順守している。

- ・カウンセリングにかかわる法令を理解し、常に順法、コンプライアンス順守を意識し行動している。

### 8. 東京メンタルヘルス・スクエアの理念を理解し、理念に合った活動をしている。

- ・「話をちゃんと聞いて理解してくれる人がそばにいる社会をつくる」  
～傾聴力あふれるコミュニティと魅力あるカウンセラー育成の実現を～  
がスクエアの理念であることを理解し、その実現のために活動を継続している。

2020年6月10日制定

2025年2月10日改定