

メンタルケア心理士®認定試験

主催団体

メンタルケア学術学会 (LCM)、
一般財団法人 生涯学習開発財団

受験資格

学会指定講座の修了者など

目安となる取得期間

平均4ヵ月

ニュース
&
TOPICS

メンタルケア学術学会および一般財団法人 生涯学習開発財団が認定。心の健康維持やカウンセリングの専門家として、臨床心理に関わる知識を一定基準以上保有していることを証明する。04年の試験開始以来、受験者数は11年の時点で延べ1万人を突破。12年度の平均合格率は42.7%。なお、メンタルケア心理士®認定試験は在宅試験として行われる。

どう
学ぶ?

指定の講座を修了後、
認定試験に臨む

学会指定の講座を受講。修了後、認定試験に合格すれば資格を取得できる。試験は学科20問と文章作成(800字程度)。さらに高度な知識の証明となるメンタルケア心理士®へのステップにもなる。

どう
稼ぐ?

医療・福祉・教育・産業など
さまざまな分野で活躍できる

資格取得者は、医療福祉関係、教育関係、企業(営業、販売、人事、労務、総務)、地域コミュニティーなどで活躍。また、心理教育講師や、カウンセリングルームの開設、対面・メール・電話などでのカウンセリングを行う場合もある。



カウンセラーとして、常に冷静かつ主観を入れないことを意識している。「たとえるなら、真っ白なスケッチブックのような心であり続けることです」と武澤さん。

**突然のパニック障害に苦しめ、
独学で心理学を勉強して
原因究明と解決法を知った**

地元の大学在学中に塾講師のアルバイトをしてきた武澤さん。卒業後は一般企業への就職も考えたが、自分だけでは社会に通用するのかわからないという意欲から、そのまま学習塾の社員

精神解剖生理学や精神医科学、 カウンセリング技法の基礎が学べ、 企業や教育現場、家庭、友人間など、 幅広い分野で活用できる



武澤充孝さん(44歳)

93年、学習塾「有心個別アカデミー」開設。メンタルケア心理士®認定試験は10年に合格。12年、「カウンセリングルーム優心」開設。

になって生徒指導や経営のノウハウなどを学び、一年半後に独立。個別指導専門の学習塾を立ち上げた。しかし、24歳のときにパニック障害を患う。人前に出ることはもちろん、電車にも乗れない、床屋にも行けない状態になった。薬物療法を続けても、根本の不安はどうしても消えない。自分の力で治す必要性を感じたところ、心理療法の一つである「認知療法」を知った。「自分を被験者にして、自分の恐怖・不安に対する認知の歪み」と向き合い、結果的に、発作は出なくなり、日常生活が営める状態です。

**見えない心を「見える形」にする
仕事なので、資格を取ってからが
本当の意味での勉強。知識以上に、
人として向上することが大切です。**

完治が難しい心の病と闘うのはなく、うまく付き合うことを選んだ武澤さんは、少しでも精神疾患の方たちを救いたい、学習塾で接する子供たちの心に向き合いたいといった想いから、もっと深く心理学を勉強しようという決意。35歳の頃、数あるカウンセラー資格の中で、解剖生理学、養理学など本格的なカリキュラム内容の「メンタルケア学術学会」の資格が目にとまった。「メンタルケア心理士®認定試験は、テキストを見てもかまわない在宅試験にもかわからず、合格率は50%に満たないほど難しいものです。専門用語が容赦なく出てきて、最初は何度も心が折れそうになりましたが、ひたすら復習し、1年8ヵ月をかけて、最上級資格のメンタルケア心理士®まで計4つの資格を取りました」

43歳で、武澤さんはカウンセリングルームを開設。地元の教育委員会、商工会議所、企業セミナーなどでメンタルヘルスの啓発活動を行ったり、自らプロのカウンセラーを育てたりもしている。これからも後進の養成を継続。将来は全国の同志でチームを結成し、「さまざまな人の心を健全・健康にしたい」と、希望を抱いている。