

利用内容

対面カウンセリング
オンラインカウンセリング
講演、研修講師依頼
ケースコンサルテーション

開室日

金曜日 10:00～20:00 土曜日 10:00～20:00
その他 オンラインカウンセリングは応相談

カウンセリング料

50分 10,000円 90分 15,000円

カウンセリング担当



◆代表カウンセラー 深谷 篤史 (Fukaya Atsushi)
臨床心理士 (24872号)
公認心理師 (17410号)
EMDR臨床家資格
如月心理相談室 代表、こども家庭庁 こども・
若者支援体制整備及び機能向上事業アドバイザー、NPO法人メンタルコミュニケーションリ
サーチ 理事、東京EMDR開業者協会 会員

◆その他 委託カウンセラー在籍

如月心理相談室

- ◆ 所在地
東京都墨田区
錦糸町駅前 (東京メトロ半蔵門線 錦糸町駅
から徒歩2分、JR錦糸町駅から徒歩4分)
- ◆ 責任者
如月心理相談室 代表 深谷 篤史
- ◆ 設立日
2020年2月1日
- ◆ ホームページ
お申込みはホームページの
「お申込み」フォームからお願いします。
<https://www.kisaragi-counseling.com/>



2024年度発行



如月心理相談室 Trauma Care

モラルハラスメント
トラウマケア
EMDR

臨床心理士・公認心理師
対面・オンラインカウンセリング

東京都墨田区 (錦糸町駅前)

心理療法

- ❖ 眼球運動による脱感作と再処理法 (EMDR)
- ❖ ブレインスポッティング (BSP)
- ❖ ソマティック・エクスペリエンシング® (SETM)
- ❖ ボディ・コネクト・セラピー (BCT)
- ❖ 思考場療法® (TFT)

EMDRとは、「Eye Movement Desensitization and Reprocessing：眼球運動による脱感作と再処理法」の略称で、1989年にFrancine Shapiro博士が発表した心理療法です。PTSD（心的外傷後ストレス障害）へのケアの方法としてエビデンスがあり、現在は応用が広がって様々なメンタルヘルスに関連する問題に応用されているトラウマケアです。

EMDRでは一般的なカウンセリングと異なり、対話だけでなく両側性刺激と呼ばれる一定の手続きによる眼球運動等を用いながらトラウマをケアする脳の情報処理を促進し、肯定的な感覚を強めていきます。記憶は私達に広く強く影響を与えるため、トラウマがケアされると感情、身体感覚、思考、行動が自然と肯定的に変化していきます。

世界保健機関（WHO）、アメリカ心理学会、国際トラウマティックストレス学会でも推奨されている方法で、規定のトレーニングを修了した専門家（精神科医、臨床心理士等）が各国でEMDRを使用したトラウマケアに取り組んでいます。

トラウマ

- ・辛い体験が頭から離れない、フラッシュバックする
- ・辛い体験を思い出すものを避ける
- ・眠れない、睡眠の途中で目が覚める、苛々しやすい
- ・感情と折り合いをつけることが難しい
- ・自分を肯定することが難しい
- ・安定した対人関係を持つことが難しい 等

ご相談キーワード

- ・モラルハラスメント被害
- ・ドメスティック・バイオレンス（DV）被害
- ・パワーハラスメント被害
- ・セクシャルハラスメント被害
- ・児童虐待、マルトリートメント
- ・いじめ
- ・逆境の小児期体験 (Adverse Childhood Experiences：ACE)
- ・心的外傷後ストレス障害 (Post Traumatic Stress Disorder：PTSD)
- ・複雑性PTSD (Complex post-traumatic stress disorder:C-PTSD)
- ・急性ストレス障害 (Acute Stress Disorder)
- ・適応障害 (Adjustment Disorder) 等



如月心理相談室はカウンセリングルームです。主にドメスティックバイオレンス、児童虐待、ハラスメント、いじめ等に伴うモラルハラスメント被害を受けられた方々へのトラウマケアカウンセリングを行っています。

EMDRを中心としたトラウマケアを通して、心身のケア、より良い生活をサポートします。担当するカウンセラーは国家資格である公認心理師、代表的な民間資格である臨床心理士、日本EMDR学会認定のEMDR臨床家資格の有資格者です。

如月心理相談室では、一人ひとりのニーズや状態に合った丁寧なケアを心がけてカウンセリングを行い、後にはご相談にいらした方がカウンセリングを受けなくても良い状態を保ち続けられるようにサポートしていきます。

何かお困りのことがありましたらご相談にいらっしゃってください。お待ちしております。

