

利用内容

オンラインカウンセリング
講演、研修講師依頼
スーパーヴィジョン

開室日

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

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 (日本EMDR学会認定資格)

- ❖ 如月心理相談室 代表
- ❖ NPO法人メンタルコミュニケーション
リサーチ 理事・東京支部長
- ❖ 内閣府 子ども・若者支援地域協議会
及び子ども・若者総合相談センター
整備・機能向上事業 アドバイザー
- ❖ 東京EMDR開業者協会 (Tokyo
Association for Private Practitioners
of EMDR : TAPPE) 会員

如月心理相談室

- ❖ 所在地
東京都江東区
- ❖ 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/>



Counseling
Trauma care

2023年度発行



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
オンラインカウンセリング

心理療法

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

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
- ・逆境的小児期体験 (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オフィスです。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オンラインで行っています。

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。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がカウンセリングを担当します。

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れば、ご相談にいらっしゃってください。お待ちしております。

