



東京京橋カウンセリングオフィス

東京京橋カウンセリングオフィスに在籍しているカウンセラーはみな、臨床心理士、公認心理師の資格を持った専門家です。

当オフィスに在籍しているカウンセラーをご紹介します。

【カウンセラーのご紹介】



Y.I

臨床心理士と公認心理師の資格を保有しています。

アメリカの大学で心理学を学んだあと、日本の大学院へ進み、臨床心理学を学びました。不慣れた外国での生活に苦しんでいた時に、私は、私と同じように外国からアメリカで学び、教授になったインド人の臨床心理学の教授のもとへ話を聞いてもらうため、足しげく通っていました。カウンセリングという名目ではありませんでしたが、自分のことを理解してくれる人がいる、寄り添って話を聞いてもらえたという体験が、私自身、心理の道を歩んでいこうと決めた原点であるように思います。

誰かに自分のことを話し、誰かに受け止めてもらうという体験はカウンセリング以外の場でも起こりうるものです。人はみな違う、違う考えを持った人同士で生活をしていかななくてはいけない。また世間が期待するモラルや、社会性というものが、目には見えなくても、確実にこの世界には存在します。情報過多な現代社会で、さまざまなことに変化が起きています。目まぐるしく変わっていく価値観や社会情勢のなかで、こころや身体は疲弊しがちです。親しい友人に、打ち明け話をするのもいいことですが、専門家を選ぶことで、安全で守られたあなたのためだけの空間が約束されます。そして、このような時間や体験は、あなたにとって特別なものになるはずでず。

一人で悩んでいると、終わりがないように思える悩み事も専門家に話してみることで、上手に距離が取れるようになるかもしれません。あなたが自分のことをより深く理解し、こころをやわらかくするお手伝いを共にしていけたらと思います。



Y.H

今まで、主に放課後等デイサービスやビジネスパーソンに特化したクリニックで経験を積み、子どもから大人まで幅広く支援をしてまいりました。

カウンセリングでは、じっくりとお話をお伺いし、自己理解の促進やカタルシスを得るお手伝いをさせていただきたいと思います。

どのようなお悩みでもお気軽にご相談いただければ幸いです。



H.N

大学で臨床心理学、特に認知行動療法を学んだ後、精神科の病院でカウンセリングを含めた実務経験を2年半ほど積み、公認心理師の資格を取得いたしました。

お一人お一人のカウンセリングに対するニーズやお話を丁寧にお聞きし、みなさまの日常生活の助けになればと思います。誰かに悩みを話すのは少し勇気が必要ですが、「こんなことで」と思わず、ぜひどんなことでもお話してください。



C.S

これまで、小児科・児童精神科・児童養護施設・放課後等デイサービスに勤め、乳幼児～思春期まで幅広い年代の子ども達と関わってきました。その中で、子育てに悩む親御さんのお話を聞いたりお子さんとの関わりについて具体的な解決策を一緒に考えたり等、子どものみならず大人の方と向き合うことも多々ありました。

今このページをご覧になっている方の中には、きっとカウンセリングを受けたい・受けようか迷っている方がいると思います。自分の心と向き合う為の1歩を踏み出すまでに、いろんな葛藤や不安があったことと思います。次のもう1歩は1人ではなく、一緒に歩いてみませんか？最後は気持ちよくまた1人で歩いていけるように、それぞれのペースに合わせて伴走させていただきます。



M.K

大学時代にマインドフルネスに興味をもち、大学院ではマインドフルネスについて学び、研究を行いました。私自身もマインドフルネスを日常のさまざまに取り入れています。

気分がすぐれない、眠れない、不安を感じる、人前で緊張する、職場の人間関係・家族関係で悩んでいる、学校や職場に行くのが苦痛など、現代社会を生きる中で困ったことがございましたら、どんなことでもご相談ください。

専門領域：認知行動療法

さまざまなニーズにお応えできるよう、経験豊富なカウンセラーが多数在籍しています。お気軽に東京京橋カウンセリングオフィスまでお問い合わせください。