

メンタルヘルス講演・講師プロフィール

長谷川 暁子（はせがわあきこ）

東京カウンセリングセンター <常勤主任カウンセラー>
公認心理師・臨床心理士



1975 年生まれ

成蹊大学（文化人類学）卒

学習院大学大学院（臨床心理学講座）修士修了

民間の精神病院や精神科クリニックにて、デイケアスタッフ、
アルコール依存症治療チームスタッフ、心理療法スタッフとして活動。2005 年より現職

日本臨床心理士会、千葉県臨床心理士会、日本心理臨床学会、家族療法学会、ブリーフサイ
コセラピー学会に所属

これまで主に抑うつ、不安障害、アルコール、摂食障害などの嗜癖（しへき）問題、離婚に関
するご相談、カップルカウンセリング、生きづらさを抱えた方々への支援に従事する。

企業への支援として、人事労務担当者や上司へのコンサルテーション、復職者への支援、企
業内でのカウンセリング、メンタルケアやコミュニケーションに関するセミナーの講師新
入社員向けや新任管理職向けなど、ハラスメントを受けた社員へのサポートを行う。緊急対
応として、社内で自殺者が出た際の周囲へのヒアリング・サポートや、社内で犯罪行為盗撮
や盗難など）が起こった際の社員へのメンタルケアを行う。

また、心理的安全という観点から、従業員がプレゼンティーズムに陥ることなく、安心して
働ける職場環境づくりについての職場全体の理解と啓発に努めている。

最近はナラティブ・セラピーを取り入れ、問題を抱える人々が語られてこなかったストーリ
ーを語り直すことによって生きる力を強くしていくという支援に精力を傾けている。

趣味は釣り・ヨガ・猫吸い