



オフィス秋山

(秋山総合心理研究所)

1. 秋山幸子のプロフィール
2. オフィス秋山の業務内容
3. こだわりと活動報告
4. 遠方からの相談が可能な理由

ご連絡先

<http://office-akiyama.com/>

ご注意・この冊子の内容および料金は2011年6月1日に改訂されたものです。
この日付以前の冊子については無効となるものもありますので御確認下さい。

秋山幸子のプロフィール

オフィス秋山 秋山総合心理研究所 代表
(社) 産業カウンセラー協会認定 産業カウンセラー
AMT メンタルトレーナー

1963. 1. 2生。 岡山県総社市出身
1981年 岡山県立総社高等学校卒
飲食店・製造業など約25年間の自営業経験を経て今日に至る

2006年8月 新宿に東京事務所を開設。フリーランスのカウンセラーとして従来にはない「組織力強化のためのメンタルヘルス支援」を呼びかけ、外部から組織管理をバックアップしている。 得意分野は、組織内紛争の調整とアドバイス

2007年10月 東京都若者ジョブサポーターに認定される

2008年 日本エンジェルズフォーラム支援会員

代表理事の井浦氏・紀理事らに指導を受けながら、ベンチャー起業経営者へのアドバイスや経営コンサルティングを開始

Gerson Lehrman Group (NY 本社) 登録カウンセラー。 企業とエグゼクティブ層へのメンタルヘルス・カウンセリングを開始

2009年7月 中小企業向け『LLP・メンタル労務サポート』を併設。
良質なメンタルヘルスコンサルティングを提案中

岡山県総社市総社商工会議所において、メンタルヘルス支援事業を3年計画でスタートさせる。企画立案および招聘講師

2011年6月 海外進出中の企業向けメンタルトレーニング・研修事業を拡大。

大学講座講師 淑徳大学 エクステンションセンター (2009年5月～現在)
東京国際大学 (2007～2010) 目白大学 (2008)

所属学会 日本人間性心理学会準会員
自立訓練学会準会員 日本家族 <社会と法>学会会員

協力活動中の関係団体

岡山県総社市商工会議所 (2011年度 自殺予防支援事業)
東京都中央区あいあいクラブ (引きこもり予防と地域メンタルヘルス支援)
日本ペアレンティング協議会 (離婚・別居後の親子サポート) 他多数

オフィス秋山の業務内容

【カウンセリング コース】

面談（ご相談）の流れ

1. どのようなご相談でも

最初のヒアリングで、ていねいにお話をお伺いし、その方の抱える問題が、一番早く解決に向う方向性を導き出します。（初回のみ 2時間まで1万5千円）

2. もしも、既に心療内科や病院にかかっておられる時には

ドクターの治療方針を妨げないように、連携先としてチームを組ませていただきます。

3. もしも、ご本人以外の方の協力が必要であると感じた場合には

問題解決のためや、早期回復のために、夫婦カウンセリングや親子カウンセリング、家族カウンセリングを取り入れることもあります。

特に、うつ病や、更年期障害・発達障害などの疑いがある時、結婚・離婚問題などで周囲の理解がなかなか得られにくいという時には、効果があります。

4. もしも、ご本人がカウンセリングに来られない場合には

身近なご家族の方や、企業の担当者の方から事情をお聞きしながら、一番有効な手段を考えていきます。突発的・緊急時メンタル社員問題へのコンサルティングも受付ます。引きこもりや、すでに外出が辛い状態の時には、出張相談も行います。

5. もしも、会社との交渉に困っておられる・パワハラや労災と思われる内容の方には

オフィス秋山から、カウンセラーとしての意見書を提出したり、会社側へのアドバイスをおこないます。人事労務担当者の方との話し合いにより、法人向けの休職支援や復職支援をサポート・プログラム作成（約半年～1年）することもできます。また、希望に応じて、担当者面談への付き添いもできます。

6. もしも、面談でのご相談が継続できない時には

スカイプ（通話料無料） か 電話相談（相談者から掛けていただきます）にて、カウンセリングを行うことができます。

【料金についてのご説明】

- ※ 平日・土曜日の朝9時から17時まで 50分1万円～
- ※ 17時以降・夜間・深夜・日曜・祝日 50分1万5千円～
- ※ 全て有料相談ですが料金については、ご相談に応じています。
- ※出張相談料は、交通費別途です。1回（約2時間）5万円程度かかります。
ケースにより、アシスタントカウンセラーが同行する場合があります。
- ※ 緊急時におけるメンタル社員へのサポートは追加料金が加算されます。

【メンタルトレーニング コース】

秋山幸子の開発した AMT トレーニングでは

- ・ ストレスマネジメント
- ・ 対人関係能力 自己実現力アップ
- ・ 自己管理 モチベーション管理

が、自分のキャリアに応じて総合的に学べます

1. メンタルトレーニング マンツーマン基礎コースは

8 単元 ～ 10 単元

1 単元 約 100 分 2 万円

個人差がありますので、ご本人の自己確立のために最低限必要な時間数をプログラムします。ビジネスとライフスタイル・目標に併せたプログラムを設定します。

2. 実務指導コースは

基礎コースを修了されている方

12 単元～36 単元までの組み合わせで、個人のレベルアップが図れます。

その方の職種や活躍される現場、能力やスキルにあわせてプログラムをご提案しますので、ONLY ONE の自己啓発・自己実現トレーニングが取り入れられます。

3. 基礎コースから実務指導コースへ進まれる方のために

セッションを受けられる方が、一番望まれる状態に近づけるようにサポートしていきます。キャリアを高めたい方、自己成長したい方向けです。

基礎コースを終了された後のプロフェッショナルなコースもご用意してあります。

- ・ 管理職者のための指導力強化コース
 - ・ 女性のための キャリアアップトレーニングコース
 - ・ 企業人・社会人のための自己実現コース
 - ・ 経営者・起業志望者のためのクリティカル・フィードバックコース
 - ・ プロカウンセラーになりたい人のためのメンタルマネジメント強化コース
- 【特別】クロスカルチャートレーニングコース（英国人コーチ・日本語ベース）
【特別】研究者のためのメンタルトレーニングコース（英語プレゼン指導可）

【 料金についてのご説明 】

※ 基礎コース終了後のメンタルトレーニングにつきましては、各人の希望するコースによって料金が変わってくる場合があります。目安として1単元3万円～5万円。特別コースはトレーナーが2名付きますが2時間10万円が基本料金となります。

また、受講者のポジションやキャリアビジョン・年収やトレーニング内容に応じて異なることもありますので、詳しくはお問い合わせください。料金をご相談ください。

秋山幸子の こだわり

その1. カウンセリングとは健康な人が、日々のストレスを解消しながら、**健全に生活を送る**事ができるためにあります！

決して、心の病や、病気の人だけが受けるものではありません！

その2. 日本の風土や文化には、欧米と違う良さがあります。

その良さを活かしながら、**日本人に適したカウンセリング**が有っても良いと考えております！

その3. カウンセラーが活躍する時代とは、私にとって心苦しい時代であり、毎日が葛藤の連続です。裏方の仕事でもあり、主役は常にクライアント様です。

カウンセラーの存在がまだまだ認知されにくい日本にも**カウンセラーの必要性**があり、私はカウンセラーという**仕事に誇り**を持っています！

その4. カウンセラーが一人で仕事を引き受ける時代は終わりました。

これからは、来談者のためにも、**早期に問題を解決**するための連携先が必要だと考えております。

※ よって、秋山幸子の連携先には、弁護士・社労士・税理士・行政書士・精神科医・産婦人科医・内科医・脳外科医・臨床心理士・弁理士・経営アドバイザー・研修講師などの優れた人材を取り揃えております。

※ 今起きている問題についてのセカンドオピニオンが受けられます。

一人一人の幸せのために、強力なスタッフ達がチームを組んで尽力していきます！

2011年までの主な活動報告

2006年は、東京サテライトオフィス・横浜こころの相談室を開設

2007年は、ロータリークラブ・倫理法人会など経営者のための講演活動

2008年は、若者支援・シニアのメンタルヘルスに力を入れました

2009年は、女性支援と企業人のためのワークライフバランス講座を推進中

淑徳大学エクステンションセンター・ワークライフバランス講座講師受託

有限責任事業組合（LLP）メンタル労務サポート設立

国際表現療法学会発表用アートセラピーの共同研究がスタート

2010年は、企業研修・メンタルトレーニングをパワーアップ！！

2011年は、企業に向けたEAP（従業員支援プログラム）を強化！

スカイプや電話で遠方からの相談にも便利な体制

オフィス秋山は、スカイプでも相談をお受けしています。

スカイプであれば

パソコンに無料で設定しておいていただくだけで通話料は0円です。

初回は面談、その後はスカイプで、お客様のご都合の良い時間にセッションやメンタルトレーニングができます。

最近では、海外で活躍する日本人の方も増えてきています。

スカイプを使えば、時差のある外国滞在中の方のご相談にも無理なく無駄なく対応できるのです。

*不規則な仕事をしているため気軽に申し込めない

*どうしても人目が気になる

*好きな時間帯で相談できる掛かりつけが欲しい

このようなご希望の方には、いつでも何処からでも気軽にご利用いただけます。国内外から安心してお問い合わせ下さい。

スカイプ ID 【sachiko.akiyama】

メールでご予約 tokyo-akiyama@aria.ocn.ne.jp

【お問い合わせ先・連絡先】 匿名と非通知は受け付けていません

※ 携帯電話が便利 090-2804-2580

※ iPhone 080-4550-2208

※ ツイッター・Facebook は 「akiyamasachiko」

※ mixi からは「Akiyama」

※ E・MAIL tokyo-akiyama@aria.ocn.ne.jp

※ 問題を早く解決したい方は、携帯かメールでのお問い合わせをお勧めします