



[氏名] 小林 奈穂美

[出身大学] アメリカ ルイスクラーク州立大学
社会科学部 教育学科卒業

[出身大学院]

- ・新潟大学大学院 教育学研究科 学校教育専攻
臨床心理学分野 修士課程修了
- ・新潟大学大学院 現代社会文化研究科
人間形成科学専攻 博士後期課程

[資格]

公認心理師・臨床心理士・専門行動療法士・PE（持続エクスポージャー）指導者資格
（University of Pennsylvania Dr. E.D.Foa 認定 PTSD・トラウマの専門治療資格）・心理学
検定1級 [所属学会・役職] 日本認知・行動療法学会・日本認知療法・認知行動療法学会・
日本不安症学会・日本トラウマティックストレス学会・2022年第5期日本心理臨床学会
日本臨床心理士会 私設心理相談領域委員会 委員

[心理キャリア]

小中学校スクールカウンセラー・高等学校カウンセラー・専門学校心理カウンセラー 各種
専門学校心理学講師

合同会社カウンセリングルームさくら 新潟 代表（2007年4月～）

一般社団法人新潟トラウマ支援センターさくら 代表理事（2017年4月～）

訪問看護ステーションふるーる設立（2020年7月～）

[心理以外のキャリア]

外国企業にて8年間勤務・QIP（Quality Improvement Plan）,Action Plan,brain Storming
など行動理論に基づいた実践をしてまいりました。

[著書等]

・他の保護者からいじめを受けている親 小林奈穂美・神村栄一 金子書房 児童心理 vol.
801 2004

・嫉妬心の自己コントロールを支援する 小林奈穂美・神村栄一 金子書房 児童心理 vol.878
2008

・訪問による認知行動療法 小林奈穂美 金剛出版 精神療法第27巻第1号 2011

・認知行動療法をめぐる対話 小林奈穂美 金剛出版 精神療法第39巻第4号 2013

・ゲーム・ネット・スマホ依存と生活習慣・生活リズムーカウンセリング事例から 小林
奈穂美・神村栄一 金子書房 児童心理 6月号 2015

[最近の論文/学会発表]

・思春期の強迫性障害に対する“チーム”治療の必要性の検討 小林奈穂美・五十嵐 透子 行
動療法研究 39号 2巻 2013

- ・チーム・アプローチ 学校における認知行動療法とチームワーク：学校内での支援と 外部からの支援 小林奈穂美 認知療法研究 第 10 巻 2 号 2017
- ・2016 年 3 月 行動療法コロキウム in 神戸 『死ぬまで治らないとあきらめていた症状が改善された、震災被災者への Prolonged Exposure による介入』小林奈穂美・神村栄一・関根香緒里 コメンテーター鈴木伸一（敬称略）
- ・2016 年 10 月 第 42 回 日本認知・行動療法学会 in 徳島 ワークショップ（教育）講師：小林奈穂美
- ・2016 年 10 月 第 42 回 日本認知・行動療法学会 in 徳島 自主シンポジウム 企画 司会：西川公平 シンポジスト：西川公平・太田滋春・小林奈穂美（敬称略）
- ・2016 年 10 月 第 42 回 日本認知・行動療法学会 in 徳島 行動療法士 WG 企画シンポジウム：『日常臨床におけるケースフォーミュレーションと介入の整合性』－さまざまな認知・行動的視点からの検討－ 企画・司会：岡島義（早稲田大学）小林奈穂美（合同会社 カウンセリングルームさくら） 話題提供：岡本優希（CBT センター） 指定討論者：井上雅彦（鳥取大学）東斎彰（甲子園大学）熊野宏昭（早稲田大学）（敬称略）
- ・2016 年 11 月 第 16 回 日本認知療法学会 in 大阪 大会企画シンポジウム：『チームアプローチ』学校における認知行動療法とチームワーク～学校内での支援と外部からの支援～座長：東斎彰（甲子園大学） シンポジスト 藤澤大介（慶應義塾大学 医学部）・小林奈穂美（合同会社カウンセリングルームさくら）・渡辺克典（広島国際大学）・矢内里英（埼玉県立精神医療センター） 指定討論者 井上和臣（敬称略）
- ・2017 年 7 月 アドバンスド PE ワークショップ in 東京 祖母の自殺後の症状だとは気づかずに、20 年間苦しみ続けた 30 代女性への恐怖と悲嘆への持続エクスポージャー -OCD とパニック症の症状にも配慮しながら- 小林奈穂美 SV Dr. Annu Assunani, University of Pennsylvania 小西聖子 金吉晴（敬称略）
- ・2019 年 2 月 日本臨床心理士会 定例職能研修会（全国大会）私設心理相談領域 シンポジスト 伊藤絵美、今井たよか、岩倉拓、小林奈穂美、田中究、村上雅彦（敬称略）

[地域活動]

- ・R 元年～令和 5 年度新潟県・市公務災害補償審査会委員
- ・R 元年～令和 5 年度 地方公務員災害補償基金新潟市支部審査会委員
- ・H30 年 12 月 黒崎地区青少年健全育成大会 アウトメディア研修会 基調講演講師「ゲーム依存」になる前に
- ・H30 年 12 月 新潟県被害者支援センター主催 定例研修会 「PTSD の治療の実際」講師：小林奈穂美 一般社団法人新潟トラウマ支援センターさくら

[これまでに行った講演会・研修会活動および予定されている活動]

【産業分野】

- ・R2 年、R4 年上級産業カウンセラー研修会講師
- ・R2 年 1 月 BSN アイネット一次予防としてのセルフケアマネジメント 「ストレスフル

な状況をストレスとしないためには」研修会講師

・H29年12月BSN アイネット メンタルヘルスの予防 研修会講師

・H30年12月BSN アイネット ラインケア 研修会講師

【PTA/教員向け講話・研修】

新潟県公立学校新採用教職員向けメンタルヘルス研修（2021年） 柏崎・刈羽地区養護教諭部会研修会講師、県立江南高校 PTA 講演講師、長岡明徳高校 PTA 講演、県立新潟高校教員研修会、県立江南高校教員研修会 ・学校保健会新発田支部養護教諭部研修会「保健室で活用できる認知行動療法」研修会講師 ・学校保健会村上支部小学校養護教諭部研修会「保健室で活用できる認知行動療法」研修会講師 ・学校保健会阿賀野支部養護教諭部研修会「保健室で活用できる認知行動療法」研修会講師 ・新潟市小学校教員生徒指導部研究会 講師 ・新潟県養護教員研究協議会高等学校部新津地区研修会講師 ・児童・思春期の強迫性障害を抱える親子に対する心理教育講座 講師 ・上越地区養護教員認知行動療法の基礎と事例検討研修会講師 ・三条地区養護教員認知行動療法の基礎と事例検討研修会講師 ・魚沼・小出地区養護教員認知行動療法の基礎と事例検討研修会講師

【生徒向け講話】 県立新潟高校、加茂農林高等学校、県立新発田商業高校、県立加茂高校、県立高田高校、県立阿賀野高校、県立江南高校、県立村上高校、県立新津南高校、新潟市立明鏡高校、新潟市立万代高校 県立柏崎高校 県立新発田南 高校

【医療・保健分野】 ・新潟県三条地域振興局健康福祉環境部主催 研修会講師 ・(社)信楽園病院メンタルヘルスセミナー講師（2013年、2014年、2017年） ・総務省人事・恩給局主催H21～24年度 管理監督者のためのメンタルヘルスセミナー講師 ・総務省人事・恩給局主催 H21～24年度 各府省等カウンセラー（北陸ブロック）講習会講師 ・BSN 共催新潟青陵大学公開講座 大人の”うつ”の理解と対応 セルフケアのための認知行動療法入門講師 H30年2月 新潟県精神医療・保健・福祉関係者合同実践セミナー シンポジスト 臨床心理士の立場から

【福祉分野】 労福協メンタルヘルス研修会講師・ 社会福祉士・労働福祉協会共催 『相談に役立つ認知行動療法』講演会 講師 ・新潟市こころの健康センター研修会講師(2014年) ・新潟市男女共同参画共催 NPO 法人女のスペース新潟 支援者のための「DV 被害者に対する認知行動療法スキルアップ」講座講師 ・新潟地域サポートステーション担当者向け、認知行動療法の基本講