



**[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・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 協力委員

**[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～)

**[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—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]**

- ・H25～31年度新潟県・市公務災害補償審査会委員
- ・H25～31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】**

- ・H28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】**

- ・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、長岡明德高校 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研修会 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(2012-2016年)、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】

- ・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師