Flow

ご利用の流れ

受付に相談・予約

受付にてご希望をお伝えの後、予約を取ります。

カウンセリング初回

どんな困りごとがあるかうかがい、今後の方針を話し合います。
丁寧な理解を進めるために何度か話し合ってから方針を決めることもあります。

継続カウンセリング

さまざまな精神症状や心理的問題について話し合いをしていきます。
カウンセリングの頻度・回数・時間については話し合いで決めた上で次回の予約を取ります。

Fee

費用について

25分：3,300円（税込）
50分：6,600円（税込）

※前日17:00以降にご予約をキャンセル、もしくは変更される場合、相談料の半額をキャンセル料としていただきますので予めご了承ください。



ABOUT

MAP



Google Mapで見る

右のQRコードを読み込むとGoogleMAPが起動します

つくば心療内科クリニック

〒300-2633 茨城県つくば市遠東1111-1

電車・バスでのご来院
研究学園駅北口下車、つくバス上郷シャトル乗車、東光台体育館にて下車。
交差点を渡り、ブランデ研究学園店方面へ徒歩5分。

お車でのご来院
当院には来院専用駐車場、第1および第2駐車場がございます。
※第1駐車場は大変混み合うため第2駐車場もご利用くださいませ。

お問い合わせ

029-875-5202

https://tsukuba-psychosomatics.jp

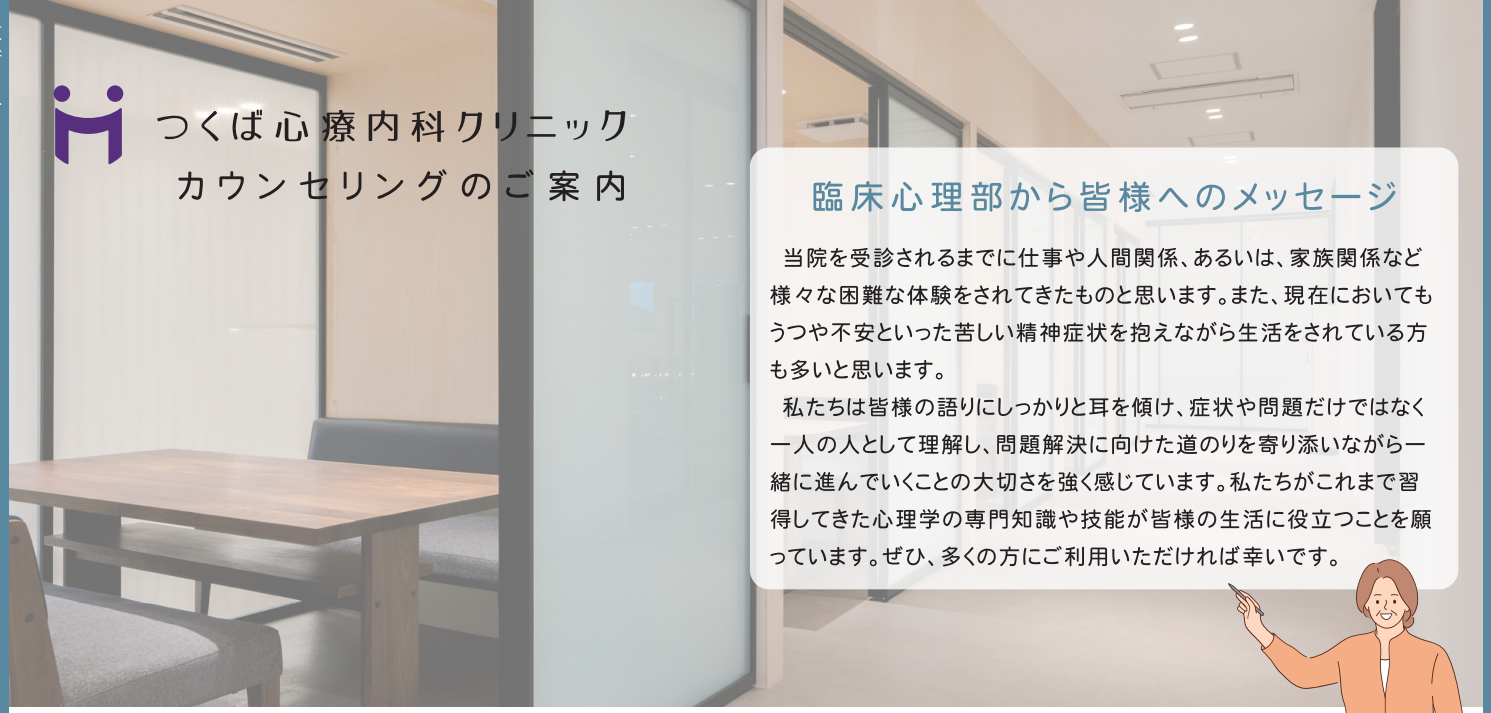
備考欄

カウンセリングのご案内

つくば心療内科クリニック

What is

つくば心療内科クリニック
カウンセリングのご案内



臨床心理部から皆様へのメッセージ

当院を受診されるまでに仕事や人間関係、あるいは、家族関係など様々な困難な体験をされてきたものと思います。また、現在においてもうつや不安といった苦しい精神症状を抱えながら生活をされている方も多いと思います。

私たちは皆様の語りにしっかりと耳を傾け、症状や問題だけではなく一人の人として理解し、問題解決に向けた道のりを寄り添いながら一緒に進んでいくことの大切さを強く感じています。私たちがこれまで習得してきた心理学の専門知識や技能が皆様の生活に役立つことを願っています。ぜひ、多くの方にご利用いただければ幸いです。



主な相談内容

自分の性格をもっと理解したい。これからの人生について考えたい
自分に自信が持てないなどの性格について考えたい。
閉じこもり・ひきこもりがちな生活を改めたい。
学校や会社に行けないといったことを何とかしたい。
親子関係、夫婦関係などの家族関係を見直したい。
職場・学校・家庭などでの人間関係を改善したい。
不安感・無気力・落ち込みなどの心理状態を改善したい。
精神的な病気とのつきあい方を考えたい。

主な精神疾患

うつ病　双極性障害　全般性不安障害
パニック障害　社交不安障害　強迫性障害
醜形恐怖症　適応障害　PTSD　チック症
摂食障害　ADHD　ASD　睡眠障害　など

公認心理師　臨床心理士



FAQ

よくある？質問

Q どんなカウンセリングが受けられますか？

来談者中心法、支持的心理療法、認知行動療法、精神分析的精神療法、折衷的心理療法などがあります。

Q 軽い相談でも大丈夫ですか？

予防の観点からも、お気軽にご利用いただきたいと思っています。
考えを整理したい、気持ちを聞いてもらいたいといったことでも、家族や友人など自分のこと以外でも相談できます。

Q 相談内容はどんなことでもいいですか？

こころの悩み、ご家族や友人の悩み、仕事や職場の悩み 、人生や転職の悩みなどさまざまなご相談をお受けしております。心理士は話を聴く訓練を積んでおりますので、話すことが苦手な方も安心してご相談ください。

Q カウンセリングにかかる時間や期間は？

1回につき、25分もしくは50分のカウンセリングを行います。
相談内容によっては、1回で終了する場合もあれば、継続面接となる場合もあります。担当心理士と相談しながら決めていきます。

Q どのくらいの間隔で受けるのですか？

症状や問題、生活状況によって異なりますが、
おおよその目安として2週間～1ヶ月に1回の間隔でご利用さ れている方が多いです。
間隔についても担当心理士と話し合って決めていきます。