



つらい親子関係が 人生大逆転の きっかけになる

親子ビリーフリセット

イベント・ワークショップ情報



2022.06.06
Bビリーフリセットワークショップ



2022.06.06
お片付けワークショップ

[詳しくみる](#)

ブログ更新情報



2022.06.06
夏休み！



2022.06.06
お片付けワークショップ

[詳しくみる](#)

親子ビリーフリセットとは？

子育てが苦しいお母さん、自分を生きることがつらいお母さんに
その根本的解決の方向や方法があることを伝え、
子育てがラクになるだけでなく、自分らしく生きられるようになる場所

ツライ子育ての背景には、必ずお母さんの大きな心の傷（ビリーフ）があります。

お母さん自身の親子関係の中で、十分な愛情を受け取れなかった、と感じている。だからこそ、子どもに愛があるのにその表現の仕方がわからなかったり、感情に飲み込まれて自分でもしたくない行動を子供に対してとってしまったりするのです。

そこで親子ビリーフリセットでは、まずはお母さん自身のビリーフに焦点を当て、癒していきます。そうすることでお母さんの子供への接し方が変わり、子どもや家族が不思議なほどに変化していくのです。

[詳しくみる](#)

主宰 望月あかり プロフィール



長女のいじめ、不登校、引きこもり、
体の異変、父親との断絶・・・
「私なんて、生きる価値もない」という貌に
10年間、何をしても変わらず、最後は家族崩壊
そんな時、ビリーフリセット®に出会う
たった10ヶ月で自分も家族も丸ごとV字回復

その経験を元に、親子ビリーフリセットを主宰し
延べ5,000件以上のカウンセリング、200組以上の大変な親子関係の修復、再構築のサポート
お母さんが未来の自分を生きること子どもと家族が変わっていくメソッドを提供
「親子ビリーフリセットカウンセラー」を輩出している

[詳しくみる](#)

初めての方へ

無料メール講座

ツライ子育ての本当の原因と対策がわかる！

[メール講座登録はこちら](#)

4 あなたのビリーフ
タイプを無料で診断



公式ライン

悩んでいるあなたへのメッセージ最新情報はここから



「どうしてこうなるの？」がわかるとラクになる！
子育てのつらさの謎解きクラブ（無料facebookグループ）
親子ビリーフリセットのエッセンスを体験してもらうためのワーク
ショップを実施しています。

[詳しくみる](#)

02

親子ビリーフリセット お悩み辞典

子育てのあらゆる悩みの回答となるような内容を、主宰望月あかり
や認定カウンセラーのコラムをもとにまとめています。

[詳しくみる](#)



03

ワークショップ・イベント

親子ビリーフリセットのエッセンスを体験してもらうためのワーク
ショップを実施しています。

[詳しくみる](#)



04

わが子のカウンセラーになる 親子ビリーフリセット心理学 初級動画講座

親子ビリーフリセットをの基礎知識を学びやすい動画講座の形で提
供しています。学び初め最適です。

[詳しくみる](#)



Class 講座紹介

親子ビリーフリセットを本格的に学んでみたい人のための講座ラインナップ



初級講座

辛い子育ての理由を
知る

- ・ビリーフリセットの基本的な考え方を身に付ける
- ・今の子育ての特徴とそれのために必要な知識を知る



ベーシック講座

今抱えている問題を根本から
クリアしていく

- ・今までの子育てでやきもちのしくみがわかる
- ・自分の中の感情と繋がった子育てを始める
- ・ビリーフに気がつくようになる



アドバンス講座

母親が自分を生きること
子どもも自分らしく生きられる

- ・生きづらさの根源、幼少期の親との関係に取り組み、
本当の自分を生きられるようになる
- ・クリアになればなるほど、子どもとの信頼が深まり、
子どもと未来に思いやりが生まれるようになる
- ・ビリーフリセットワークを使って、自分と他人の
ビリーフがリセットできるようになる



ファミリーワーク

生きる意味を理解し、
お母さんを応援するカウンセラーになる

- ・自分のミッションや使命を生かせる人になる
- ・イースの（ファミリー）ワークができるようになる
- ・何をしても変わらなかったお母さんの悩みを根本から
解決できるカウンセラーになれる

[詳しくみる](#)

Voice 受講した方の声

子ども：中学3年、小学6年、3年（全員男子）
長男が不登校、三男は登校渋り。

長男と三男の不登校をきっかけに子育ての自信を失い、自分を責めて、どうしていいかわからなかった。夫は子どもを人格否定するようになり、長男とは断絶状態。ビリーフリセット®に出会って自分の中にあったビリーフを外し、学ぶことで、子どもも夫も受け入れられるようになりました。すると、夫が息子に勉強を教えてあげられるようになったのです！！
息子も夫も喜び、再び心が通いあえるようになるなんて！奇跡が起きました。

子ども：中学3年、小学6年、3年（全員男子）
長男が不登校、三男は登校渋り。

長男と三男の不登校をきっかけに子育ての自信を失い、自分を責めて、どうしていいかわからなかった。夫は子どもを人格否定するようになり、長男とは断絶状態。ビリーフリセット®に出会って自分の中にあったビリーフを外し、学ぶことで、子どもも夫も受け入れられるようになりました。すると、夫が息子に勉強を教えてあげられるようになったのです！！
息子も夫も喜び、再び心が通いあえるようになるなんて！奇跡が起きました。



子ども：中学3年、小学6年、3年（全員男子）
長男が不登校、三男は登校渋り。

長男と三男の不登校をきっかけに子育ての自信を失い、自分を責めて、どうしていいかわからなかった。夫は子どもを人格否定するようになり、長男とは断絶状態。ビリーフリセット®に出会って自分の中にあったビリーフを外し、学ぶことで、子どもも夫も受け入れられるようになりました。すると、夫が息子に勉強を教えてあげられるようになったのです！！
息子も夫も喜び、再び心が通いあえるようになるなんて！奇跡が起きました。

[詳しくみる](#)

個人セッションのご案内

今の自分の問題にまずは話してみたい人、じっくりと向き合ってみたい人のために、親子ビリーフリセットカウンセラーが個人セッションを提供しています。

[詳しくみる](#)



Contact お問い合わせ

どこから始めたらよいかわからない、質問してみたいことがあるなど、お問い合わせはこちらからお伺いしています。

お名前

メールアドレス

問合せ内容

[送信](#)

親子ビリーフリセット

トップページ

親子ビリーフ
リセットとは

講座紹介

受講者の声

ワークショップ
イベント

個人セッション

動画販売

ビリーフリセット
Q&A

メルマガ

ビリーフリセットとは

親子ビリーフリセットとは

子育てが苦しいお母さん、自分を生きることがつらいお母さんに
その根本的解決の方向や方法があることを伝え、
子育てがラクになるだけでなく、自分らしく生きられるようになる場所

目次

[親子ビリーフリセットにできること](#)

[親子ビリーフリセットへの思い](#)

[ビリーフリセットの仕組み](#)

[よくある子育ての悩みとビリーフの関係](#)

[つらい子育ての本当の意味](#)

親子ビリーフリセットにできること

□子育ての学びや心理学、どんなことをしても、変わらない子ども。
□どんなにがんばっても、思い通りの子育てができない。
□何をやっても怒りがとめられない。
□親との関係で生きづらくて、子育てもつらい。
□子どもに愛情がわいてこなくて、苦しい。
□子供が引きこもり、社会に出ようとしない。

そんな自分が悪いと、
こんな子供にしまった、といつも自分を責めていませんか？

これからどうなってしまうのか？
これからどうしたら、子育てを変えていけるのか？
途方に暮れて、未来を考えることが怖くなっていませんか？？

どんなに苦しい子育てにも、そうなる理由があるのです。

そんな辛い子育てに悩むお母さん、そして本当は自分も生きることが辛いお母さんが
・悩みの根本的解決の方向や方法が分かり、子育てで生き方が楽になってもらう場
・生き辛さの根本原因、小さい時の親との関係（愛着問題）に取り組んでいく場
・今まで育自ってきた重い荷物を下ろし、自分を生きられるようになる場

それが親子ビリーフリセットにできることです。



良い母親になろうと一生懸命頑張っているのに、
なぜ自分だけが、こんなにも子育てが辛いのか…
かつての私もそんな風に深く悩んでいました。

「あなたはここにいるだけで素晴らしい」という深い愛情で育ててきたつもり
3人の子供達は全員、不登校・登校しぶり。
特に長女は、小学生の頃から、
不登校、ひきこもり、いじめ、父親との離婚、体中の痛み、異常な体調不良…
20歳の時には「私なんて、生きる価値もない」と言い切り、未来への
希望もなくベッドで力なく横たわることしかできなくなりました。
病院やメディカルプロ、食事、整体、脳マッサ、心理セラピーまで
母親として、セラピストとしてできることは、なんでもやりました。
気づけば500万円以上使って、10年以上やってきた結果起こったことは
「家族崩壊」。とうとう娘と父親の関係が破綻して、同じ家に住みながらも
一切の接触ができない事態に。

そんな絶望しかなかった状況で出会ったのが、「ビリーフリセット心理学」でした。
そこで学んだのは、
・母親である私自身の小さい時の親との関係の中で大きな痛みを持っていたことがすべての問題を創っていたということ。
・子どもが立ち直るには、母親である自分がまず立ち直る必要があるということ。

特に私にとって最も大きな痛とは、記憶も一切ない2歳の時の実母の死。
その「大きな悲しみ」を抱えながら、罪人のように「生きてはいけない人」として生きていて、それが、この大変な現実を作りだしていたということに
気づいていったのです。

そこから、わたしが今の家庭の問題を解決するためにやったことは2つ。
① 心の奥にしまいこんだビリーフに気づき、リセットすること。
② 母と子だから起こってしまうビリーフの仕組みを学ぶこと。

するとどうしようもなかった家庭の問題が10月ほどですべて
変わっていったのです。
生きる気力のなかった娘が回復して、大学へ入学。
1人で海外に短期留学まで！
話すでなかった父親とも、ご飯を囲みながら
全員で笑い合える家族となりました。

そしてこの経験をもとに、かつての自分のように
子育てに苦しむお母さんに向けて、
本来の自分を生きることですべて子どもと家族が変わっていく
メソッドを提供していくことに使命を感じながら活動しています。



ビリーフリセットの仕組み

では、ビリーフリセットが辛い子育ての解決に役立つ仕組みをお伝えしたいと思います。

ビリーフとは？

では、ビリーフリセットが辛い子育ての解決に役立つ仕組みをお伝えしたいと思います。

ビリーフとは？
あなたにも頭で「いいお母さんでいたい」「子どもと笑って過ごしたい」「子育ての時間を子どもと一緒に楽しみたい」と思っているのに、
現実には「気づくと叱ってばかり」「うまくいかない」「私は悪い母親なのではないか」と感じる時がないでしょうか？
このように
「自分ではやりたいとおもっているのになぜか行動できない」
「もうやめたいのにおもっているのになぜかやめられない」
という謎の矛盾が起きてしまうのは、自分が自覚できている「顕在意識」と、自分がわかっていない領域である「潜在意識」が食い違っている状態です。
そして、人間の行動に影響を及ぼす割合は「潜在意識」が95%。
人は圧倒的に「★潜在意識のわかっていない領域の自分」を理解できていない自分」のほうで現実には大きな影響を及ぼしていることとなります。

このように子育てでも、どんなに頭では子供に対してこんな風に接したいと思っていながら子育てをしていても、お母さんの言葉、行動の端々に
「潜在意識で信じていること」が現れてしまうのです。
そして、この「潜在意識で信じている思い込み」を「ビリーフ」と呼んでいます。

ビリーフができる仕組み

ビリーフは
「子供の時、お母さん、お父さんとの関係の中で傳つて、
自分の存在を否定する思い込みをつくってしまう」ことで生まれます。

★それは、愛され、守られるべき両親に、悪いことをされたり、言われたり、明らかな虐待を受けたときはもちろんのこと

お母さんが出産のために入院して、何日間かおばあちゃんに預けられた。
そんなどうしようもない、出来事であっても、子どもは自分の納得ができる理由を探そうとして、
「私が悪いんじゃないから、お母さんがいなくなった」
と思い込み、「私は価値のない人間だ」「私は見捨てられるような人間だ」
というような、ビリーフをつくってしまうこともあるのです。
ビリーフは辛い親子関係はもちろん、親のどうしようもない事情から生まれてしまうこともあるのです。

何ができたとしても、どんなに頑張っても
そのビリーフに自動操縦され、そんな人間として生きてしまう
子どものときに作ってしまったビリーフ（本当はそうじゃないのにね）が、大人になった今も、私達のものの見方、行動、生き方に大きな影響を与えているのです。

ビリーフリセットにできること

ビリーフリセットはこのように、
人の心を不自由にさせ悩ませたり、苦しみを生みだす原因は
「ビリーフ」という「思考のプログラム」であると考え、
深層心理の構造を理解し、転換へと導くメソッドです。

具体的には起きている問題から自分が持っているビリーフ（思い込み）を明らかにし、
なぜそのビリーフを身に着けてしまった理由を理解し、解体するという作業をします。
ビリーフは「自分をそういう人間だと信じ、そのつもりで生きている」キャラ設定のようなもの。キャラは「自分自身」ではありません。
自分が設定していることに気が付けば、それを手放すこともできるのです。

よく起きる子育ての悩みとビリーフの関係

あなたもこういったことで悩んでいないでしょうか？
よくある悩みと、その背景に潜んでいるビリーフの組み合わせを紹介します。

起きること

☑ 子どもに
・変なことが起こる
・なぜかいいられる
・ぬれずめを着せられる
・なぜか先生から酷い扱いを受ける

子どもが
・人を怖がる
・外に出ようとしない

持っているビリーフ

「私はいいじめられる」

☑ 子供と関係が作れない
子どもが悩んで、大変そうだったりしても
「大丈夫だよ」と言ってしまう。

子どもが泣いたりしても
イラッとして、わかってあげられない。

「私は、わかってもらえない」
「私は生きている価値がない」
「私は必要とされない人間だ」

☑ いつも、何かが不気味。
何をどうしたらいいかわからないから
マニュアル子育てになってしまう。

「私が関わると、悪いことが起こる」
「私が良かれと思ってやると、怒られる」

☑ 子どもに手をあげてしまう
怒鳴ってしまう。

「私はいつか見捨てられる」

☑ 子供を愛せない。
子どもをかわいいと思えない。

「私は生きている価値がない」

☑ やりたいことがあるのにできない。

「私がやりたいことをやったら、潰される」
「私は幸せにはいけない」
「私の力を出したら、人を傷つける」

悩みに向き合う中から、どのようなビリーフが根本にあるかを突き止め、そのビリーフが事実ではないことを理解していきます。

つらい子育ての本当の意味

もしあなたの今までの子育てで、どんな出来事があったとしても、あなたは悪くありません。
ただ、あなたの心が傷ついて「つらいから」なのです。
その傷は、小さい時からずっと抱えているものでしょう。
どんなに苦しい子育てでも、そうなる理由があるのです。

私たちは、本来「ほんとうの自分をそのままに生きたい！」という願いをもって生まれてきました。
その願いをつぶされて悲しみや悩みを抱え込ま、我慢して人の期待を生きてきた「昭和タイプのお母さん」
そして、本能的に親戚、ほんとうの自分を生きることしかできない「令和タイプの子ども」
この2つの組み合わせに気づかず、これまでの自分を生き、今まで受け継がれてきた子育てをしていると、どうしても親子関係がうまくいきません。
昭和タイプのあなたも、本当の自分の感情もわからない、本当にやりたいこともわからない。自分を生きてもいいから、ほんとうの自分を生かれています。
そして、そんなあなたに、
「そんな生き方は、もう、苦しいよ。
もう、そんな時代じゃないんだよ！」
と教えてくれるのが、あなたを困らせている子どもなのです。
無意識に自分の悪い面を表現し、ビリーフに縛られた自分を生きられないから、お母さんがどんなに頑張っても、うまく機能しない家族になってしまうのです。
幼いころから背負ってきた親の存在から、本当の意味で独立し、新しい家族を作り直していく。
それが、つらい子育てのほんとうの意味です。
あなたが自分の内面に向きあい、本当の自分を生きられるようになると、子どもは安心してラクになり、自分を生きることができるようになります。
親子ビリーフリセット®では、お母さんの幼い頃の家庭環境を紐解き、作られた生きづらさの原因となるビリーフをリセットして、ほんとうの自分を思いっきり生きられるようになります。
今まで受けつがれてきた家族の負の連鎖を子どもに渡さず、子どもと愛情が強いあ、温かい親子関係を作り直していく。
そして、子育てでやんちゃな話をしあい、助け合える仲間づくりができます。
子どもが何歳であっても、心が温かい家族を作っていくのです。

「子どもが問題！」そう思ったら、まずお母さんが自分自身を癒す時。お母さんがまのほんとうの自分を生きると、もっと楽になり、安心できるようになり、
子どもが、家族が、変わっていく。そんな奇跡をたくさんのお母さんたちが経験しているのです。
あなたの一歩目を心から応援しています。

最初にお勧めのプログラムはこちら



子育てのつらさの謎解きクラブ

親子ビリーフリセットのエッセンスを体験して
もらうためのワークショップを
実施しています。

[詳しくみる](#)



ワークショップ・イベント

子育てのあらゆる悩みの回答となるような内容
を、主幹月ありや認定カウンセラーのコー
スをもとにまとめています。

[詳しくみる](#)



親子ビリーフリセット初級動画講座

親子ビリーフリセットの基礎知識を学びやす
い動画講座の形で提供しています。学び初め
最適です。

[詳しくみる](#)



認定カウンセラーによる
個人セッション

自分の問題にまずは話してみたい人、じっくり
と向き合ってみたい人のために、親子ビリー
フリセットカウンセラーが個人セッションを提供
しています。

[詳しくみる](#)

無料メール講座

ツライ子育ての本当の原因と対策がわかる！

[メール講座登録はこちら](#)

4 あなたのビリーフ
タイプを無料で診断

辛い親子関係が、人生大逆転のきっかけになる

親子ビリーフリセット

トップページ

親子ビリーフ
リセットとは

講座紹介

受講者の声

ワークショップ
イベント

個人セッション

動画販売

ビリーフリセット
Q&A

メルマガ

認定カウンセラー一覧

親子ビリーフリセットカウンセラー紹介

養成講座（親子ビリーフリセット講座）とファミリーワーク講座を修了し、親子ビリーフリセット認定試験に合格した人たちです。
お母さんの生きづらさや子育ての苦しさに寄り添うだけでなく、その根源的な解決のためのセッションができます。



望月あかり

親子ビリーフリセット代表

つらい子育てから人生を大逆転、幸せな親子関係を
拡げていく



八城ひとみ

親子ビリーフリセット・シニアカウンセラー/お絵かきムービークリエイター

暗闇の中にある、ほんとうの想いに寄りそいます



望月あかり

親子ビリーフリセット代表

つらい子育てから人生を大逆転、幸せな親子関係を
拡げていく



望月あかり

親子ビリーフリセット代表

つらい子育てから人生を大逆転、幸せな親子関係を
拡げていく



八城ひとみ

親子ビリーフリセット・シニアカウンセラー/お絵かきムービークリエイター

暗闇の中にある、ほんとうの想いに寄りそいます



望月あかり

親子ビリーフリセット代表

つらい子育てから人生を大逆転、幸せな親子関係を
拡げていく

個人セッションについて

個人セッションとは

カウンセラーが1対1でお話をじっくりうかがう、あなたのためのオーダーメイドの時間です。

モヤモヤや引っかかりを整理したい
問題や葛藤を解決したい
ビリーフをリセットしたい
次の道を見つめたい
進むために腹を決めたい

・・・など、現在のあなたが望んでいる方向に進めるよう、カウンセラーが伴走しながら一緒に探求していきます。

カウンセラーが一方的にアドバイスや指示をするのではなく、あなたの内側に寄り添って共に道を見つけていく「共同作業」ですので、
あなた自身が芯から納得できる答えに導かれます。

セッションの申し込みについて

現在代表の望月あかりはカウンセラー育成に専念するため、セッションの受付はワークショップの場や、特別な募集期間のみの受付となっております。

普段の個人セッションはさまざまな背景や経歴、スキルを持った認定カウンセラーが行います。

協会では、全員が一律に同じやり方をするのではなく、ビリーフリセットをベースとしながらも、それぞれが自分の特性を活かしたセッションを提供するスタイルをとっています。

カウンセラーの紹介ページをご覧になって、あなたにとってピンとくるカウンセラーをみつけてみてください。きっとそれが「ご縁」です。

どの方も、その人らしい愛をもって、しっかりとお話を何わせていただきます。

[カウンセラー紹介に戻る](#)

セッションの流れ

細かい点は各カウンセラーによって違いがありますが、大まかな流れとしては

1. お話を聞く
2. ワークをする。という二段階で進んでいきます。

話をお聞きするだけでは、スッキリはしますが本質的な解決には届きません。
もっと深いレベルの納得や変容が起こるためには、「やってみて実感して腑に落ちる」という体験が必要です。

そんな状態に導くための「ワーク」という実践的な手法を、それぞれのカウンセラーが持ち合わせています。