

SAT ミニセミナー（参加費 2,000 円・税込）

※日程や時間帯が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

お申し込みの際は、ご確認のうえお申し込みいただきますよう、よろしくお願いいたします。

南雲陽子	2023 年 11 月 18 日（土） 14 時～16 時	「クレームにも対応できる職場コミュニケーション術」 顧客対応やクレーム対応、あるいは職場内のコミュニケーションに苦勞していませんか？ 私は薬剤師として 30 年以上、クレームも含めて患者さんやそのご家族への対応を仕事にしてきました。また後輩や実習生の指導もしてきました。そんな場面でとても役に立ったのが SAT コミュニケーションスキルです。自分が聴く・伝える（教える）スキルを身に着けることで、自分が楽なだけでなく人間関係まで改善することを知りました。 ミニ講座ではそのごく一部ですが「すぐに使えるコミュニケーション術」をお伝えします。
横地裕	2024 年 1 月 20 日（土） 19 時 30 分 ～21 時 30 分	「自分をゆるし、まわりと愉しむ健康人生のつくりかた」 認知を変えるだけでは行動変容できなくても、光のエネルギーや自分の中の応援者をみつけることによって感じ方を変え、動けるようにサポートする SAT イメージ療法で、あるがままの自分を生きられるようになる。いままで苦しんだ社会の軋轢から解放され、本来の自分を発揮することで自分だけでなくまわりも一緒に豊かになる。そんな方法の一端をご紹介します。
山本潤一	2024 年 2 月 22 日（木） 14 時～16 時	「企業内で、効果的にメンタル対策を実施する際のポイントとは」 1. 現状の企業内メンタル対策の課題とは。 2. ストレスチェックをどう考えるか。 3. SAT の視点での取り組み方とは。 4. 他社事例
宗像恒次	2024 年 3 月 7 日（木） 10 時～12 時	「ヘルスカウンセリング学会や SAT 法への思い」
石田妙美	2024 年 3 月 31 日（日） 10 時～12 時	「レジリエンス力を UP させる体験講座」 動物自己イメージ SAT レジリエンス法を知っていますか？家族や友人、職場の人間関係のなかで、自分に自信がなくなかなか言葉が出せなかったり、思うように動けなかったりした経験のある人、あなたの 30 分をください。自己価値観が上がり、自分の気持ちや行動に変化が現れます。体験してみませんか。
中嶋一恵	2024 年 4 月 27 日（土） 10 時～12 時	「発達にともなうことでの悩みはありませんか」 子どもの発達や、子どもを通して親自身が自分のことでもいろいろなことで悩んでいませんか。 そういう悩みを皆さんで共有して、思いを話し合しましょう。
比護美由紀	2024 年 5 月 18 日（土） 14 時～16 時	「障害児を育てる力を生み出す SAT 療法」 知的障害を持つ娘と共に葛藤の日々を送ったことを、今では笑って話せるようになりました。「何とかしなければ！」との思いで行ってきた対策が、自分も娘も苦しめていたことに気づき、心安らぐ生活に導いてくれた SAT 療法を、皆様とのディスカッションを交えながらご紹介したいと思います。

西川範彦	2024年 6月2日(日) 10時~12時	<p>「統合医療の中での SAT 療法の役割について」</p> <p>人工透析クリニック、癌の総合病院に合計 11 年勤務した経験と、現在多くの統合医療医師・歯科医師と関わっている中で、医療の中での SAT 療法の役割についてお話しできればなあと思っています。個人的には精神疾患や自己免疫疾患（私自身のバセドウ病克服体験も含めて）について注目してしまして、西洋医学だけでは十分に改善していないことなどお伝えたく思っています。</p>
矢島京子	2024年 6月30日(日) 10時~12時	<p>「誰でも持っている遺伝的気質を理解して、人間関係に役立てましょう」</p> <p>親や祖先から受け継いだ遺伝（DNA）で決まっている気質を自己理解・他者理解することで、夫婦関係、親子関係、友人関係、仕事関係などあらゆるパートナーとの関係を改善することができ、自分の人生を生きやすくすることができます。</p>
紙田剛	2024年 7月予定 19時~21時	<p>「ZONE 突入促進とチーム連携強化。 スポーツチームのための SAT アプローチ『動かないトレーニング』」</p> <p>チームスポーツのための脳神経科学に基づくコーチング&トレーニングサービス「renewro」。ストレスの根源は脳の「扁桃体反応」。これをセルフでコントロールできてこそ、本来の力を発揮できる心身のコンディションが整います。</p> <p>筑波大で開発の SAT 法を援用した、本当の問題原因やチーム内対人関係性を可視化する分析ツールや VR トレーニングアプリを使い、コーチングで選手やコーチをサポート。アプリは、扁桃体反応を鎮め、情緒安定化、自己イメージ向上、ゾーン状態促進の効果が実証済み。今回は、アイスホッケーの女子クラブチームを対象とした事例を通じて、「動かないトレーニング」の実践法と、メンタルやパフォーマンスに果たした成果についてご紹介します。</p>