

FEEL HAPPY !

●SAT (Structured Association Technique) 法とは  
構造化された質問をすることで右脳のひらめきを生かし、  
自分の答えを自分自身でみつけて課題を解決する方法です。  
筑波大学名誉教授宗像恒次博士が開発者です。  
常識を超えた早さでメンタル不調、身体不調などを  
解決することが可能な心理カウンセリング法です。

# ワークショップSAT法入門 「気がかりや心の傷を 軽くする技術を体験する」 情動認知行動療法を使用して

9月22日(日)

16:00-18:00

場 所	オンライン開催 (zoom)
講 師	矢島京子、中嶋一恵 (ハルスカウンセリング学会公認講師)
参加費	2,000円 (税込)
対 象	どなたでも参加OK 初心者の方大歓迎♪

お申込は  
こちら⇒



<https://x.gd/ljSMn>

気軽に参加  
してね♪

