



SAT

安心の会員登録制

LINE

こんな時、
あなたならどうしますか

- わけのわからないことでイライラする
- ミスを何度もしてしまう
- 身体がだるい、痛い、
- 眠りが浅い、朝がづらい、スッキリしない
- どうも前向きになれない
- 生きづらい

などと感じることはないですか？

あなたの悩みを、いつでも、どこからでも相談できるオンラインカウンセリングサイト

SATLINE

インターネット電話「Skype」を使ってSATカウンセリング・SATセラピーを受けられるサービスです。
インターネットに接続されたパソコン、ヘッドセット（マイクとスピーカー）、Webカメラ、Skypeがあれば、
いつでも、どこからでもご利用いただけます。

SATLINE 4つのポイント

1 カウンセラー・セラピストは、学会公認の有資格者です

- NPO法人ヘルスカウンセリング学会公認有資格者^{※1}を採用
- 国際的に通じる3年更新制の資格制度で高い質を保持
- ストレスに対する専門知識や技術を用いて支援

※1.厚生労働省HP「こころの耳」に、「メンタルヘルス対策・過重労働対策・自殺予防対策に関連する資格」等として紹介。

2 いつでも、どこからでも相談できます

- 目立ちたくない、人目につきたくない方
- 相談したくても近くにカウンセラーオフィスが無い方
- プライバシーに配慮した安心のシステム

海外・遠隔地からも相談できます

- 海外からも簡単に利用できるオンラインシステム
- 海外赴任中でも日本人の有資格者に相談できる

3 あなたに合ったコースがあります

- ストレスの度合いに合わせた4つのコース
- 迷ったらAコースから

4 リーズナブルな料金体系

- 時間単位の料金以外一切掛からない会員登録制
- 世界中どこから利用しても費用は同じ



<http://www.sat-counseling.com>

SATLINE

検索

会員登録・カウンセリングまでの流れ

SATLINEに必要なもの



ヘッドセット



スカイプ



Webカメラ(PC内蔵の場合不要)

会員登録

① 新規会員登録ページで情報入力

メールアドレス、パスワードなど必要な情報を登録していただきます。



② マイページにログイン

会員登録完了後、マイページにログイン。運営事務局からお知らせなどが表示されます。



③ プロフィール登録

カウンセラーが参考にさせていただき簡単な情報を入力してください。

※こちらに、ご登録いただくSkypeIDを利用し、SATカウンセリング・セラピーを行います。

カウンセリング(相談)時間を予約

① カウンセラー、日にちを選ぶ

初めの方やコース選びに迷った場合、まずAコースで(傾聴LINE)でご相談ください。あなたの状態に合ったSATカウンセラーやセラピストをご案内します。



② カウンセリング(相談)時間を予約

日にちを選んだらカウンセラーのスケジュールに予約を入れ、予約を確定してください。

カウンセリング(相談)スタート

① 通話テスト

開始時間10分前までには、ヘッドセット、Webカメラのテスト、5分前にはSkypeを立ち上げましょう。



② カウンセリング(相談)スタート

開始時間になるとカウンセラーやセラピストからSkypeにビデオ通話がかかります。Skypeの【ビデオで応答】ボタンを押すと、相談スタートです。

SATLINEによる SATカウンセリング&セラピーの 4つのコース

① 傾聴と問題解決のSATLINE

専門性に裏づけされた傾聴によってこころが癒され、またSAT法独自の簡単な問いかけに答えることで、どうしたら問題解決できるか自ら気づけます。心が癒され、ストレスが大きく軽減します。

Aコース 傾聴LINE 1回 **20分**

傾聴されることで、こころがかるくなり癒されます。

Bコース 問題解決LINE 1回 **30分**

傾聴に加え、SAT法独自の簡単な問いかけに答えることで、どうしたら問題解決できるか自らみえてきて、こころが癒され、ストレスが大きく軽減します。

② 生きづらさの克服SATLINE

日頃、生きづらさを体験されている方が、SAT法独自の問いかけに答えていくことで、前向きな生き方に変わっていくようになります。ご自分の人生の運命が大きく変わり、楽しいものになっていきます。

Cコース 生きづらい訳に気づくLINE 1回 **30分**

あなたの生きづらさがどこから生じているのかが科学的に理解できるようになります。

Dコース 生きづらさ克服LINE 1回 **120分**

生きづらさを体験されている方が、SAT法独自の問いかけに答えていくだけで、前向きな生き方に変わっていくことができます。ご自分の人生の運命が大きく変わり、楽しいものになっていきます。

※NPO法人ヘルスカウンセリング学会公認のカウンセラー・セラピストは、厚生労働省のホームページに心の相談対応者として推薦されている資格です。

※SAT (Structured Association Technique: 構造化連想法) とは、構造化された問いかけと選択で、あなたのひらめき(右脳活動)を活性化させ気づきを深め、過去の未解決な記憶を、再解決された記憶へと書き換えることで、問題解決や自己成長を支援する方法で、筑波大学名誉教授宗像恒次博士によって開発されました。SATカウンセリング・SATセラピーとは、このSAT法を用いておこなうカウンセリング・セラピーです。

※SATカウンセラー・SATセラピストは、中国や欧州など世界的に展開するNPO法人ヘルスカウンセリング学会公認の有資格者です。SATカウンセラーはストレスに対して、専門的な知識や技術を用いてカウンセリング支援をおこないます。SATセラピストは専門的な知識や技術を用いて行動特性や生き方の変容支援を促す人と考えてください。

※記載されている会社名・団体名および製品名は各社の登録商標または商標です。

※このカタログは2012年8月20日現在のものです。断りなく変更することがありますので予めご了承ください。

SATLINEは、NPO法人ヘルスカウンセリング学会公認のWebサイトです。

AHC NPO法人 **ヘルスカウンセリング学会**

<http://www.healthcounseling.org>

筑波大学発ベンチャー 株式会社 SDS

〒272-0023 千葉県市川市南八幡4-12-5-801

<http://www.kksds.com>

SPI **総合計画工業株式会社**

〒167-0051 東京都杉並区荻窪5-26-13 荻窪TMビル

<http://spi-sys.co.jp/>