

SAT 疗法工作坊

创始人宗像恒次教授亲自授课

工作坊：“活出本来的自己，处理深层压力”

★如果您觉得活的非常辛苦

★如果您正在饱受各种压力和疾病的折磨

★如果您正在探索自己应以何种方式走完接下来的人生

又或者

★您一直在追求自我成长，想要将自己的能量最大限度发挥出来

★您想掌握一门高效易操作的咨询技术，更好地帮助别人

★您想要幸福的家庭，守护家人的笑容

.....

那么，请来到 SAT 疗法的课堂，获得创始人的能量与疗愈，机会不容错过。

精心设计的课程

工作坊：〈活出本来的自己，处理深层压力〉

工作坊简介：

癌症、抑郁症、自闭症等生活习惯病以及关节痛、肌肉痛、类风湿性关节炎、甲状腺肿大、甲状腺功能减退等免疫系统疾病皆是起因于慢性压力。当人们在意并迎合周围人，而忽略了去关照自己的内心，无法做自己想要做的事情，没有按照自己本来的样子去生活时，压力就已经开始产生并持续了。疾病、事故、人际关系问题，或者那些重大失败就是发生在这个时候。

在工作坊中，由创始人宗像老师带来的 SAT 疗法理论和技术将让您从所有的创伤和压力中解脱出来，真正体会到按照本来面貌生活的喜悦。在自我成长之后，让您能够掌握并应用**世界首创的、简单有效的、构造化的** SAT 疗法咨询技术，不仅仅获得自身的幸福和健康，也能够帮助他人获得幸福。

适合人群：

- *渴望全面自我成长、学习简单有效、操作性强的助人技术的心理咨询师·教育工作者·心理学爱好者。
- *长期遭受重大烦恼，想要深入理解烦恼的缘起及意义、且渴望进一步获得问题解决方法的各界人士。

主要内容：三日的课程（2015年8月21日-23日）。具体如下

第一部分：认识本来的自己，重拾健康与喜悦

1. 从 DNA 气质的角度认识并接纳本来的自己
2. 从脑科学的角度认识并接纳本来的自己
3. 癌症、抑郁症等身心疾患与慢性压力的关系
4. 癌症、抑郁症等身心疾患与心理行为特征的关系
5. 做回本来的自己，提升爱的能力，激活身体的自然治愈力攻克疾病

第二部分：消除所有压力和创伤，做回本来的自己

6. SAT 问题解决教练法（世界首创的、能够帮助你解决所有创伤和压力性事件的方法）
7. 进化时期·祖先时期·幼年时期创伤解决法
8. 光印象法
9. 色彩比喻法·降雨比喻法

第三部分：向着稳健型人格成长，做一名真正能够帮助到别人获得幸福的支援者

10. 健康教练法
11. 身体感觉化法
12. 做回原本的自己法
13. 世界首创的 SAT 三世代疗法技术

第四部分：实操训练

14. 通过情景模拟，进行 SAT 疗法的实际操作练习，接受宗像老师的技术指导。

课程受益

如果您是正在被压力或其他身心疾病等重大烦恼所困扰的社会人士，创始人宗像老师以其每年做 600 余次临床治疗丰富经验，将亲自带领您深入了解自身各种问题的症结，了解生活困扰的根源，进而通过学习和体验 SAT 疗法，帮助您改变生活方式，重拾健康人生。课程将为您透彻地解析癌症、抑郁症等身心疾病的发病原因和机理，以及与慢性压力、自身心理行为特性和生活方式间的关系，为您解开“为什么偏偏是我有如此遭遇”的疑问。

如果您是专业的助人工作者，SAT 疗法具有极强的生命力，宗像老师紧紧跟随最前沿的细胞学、脑科学、行为科学等知识，着眼于解决从生命起源、进化时期开始至三岁为止的创伤记忆，能从根本上解决各种身体和心理健康问题。您将收获世界首创的通过对潜在记忆进行处理而治疗各种身心疾患的 SAT 疗法技术。创始人亲自授课，将开阔您的视野，其构造化的方法，具有简单、高效、极强的可操作性，可以让您的咨询有“技”可循，并可以保护您在接触来访者时免受负面影响。

课程配备多名资深督导，通过体验 SAT 疗法，支持您解除恶性压力，找到并做回本来的自己，发挥自己的本色，提高身体的自然治愈力，提高助人技术，过上轻松、幸福、健康的人生。

课程价值

1. 此次举办的工作坊是有创始人宗像教授亲自授课的一套世界首创的用于治疗癌症等重大健康问题的、切实有效的咨询技术！
2. 观摩到创始人的咨询示范，有机会得到宗像教授亲自咨询治疗的机会！
3. 获得日本健康咨询学会认可的由宗像恒次教授亲笔签名的 SAT 疗法培训证书。

累计参加 4 次培训，可获得成为 SAT 疗法咨询师的机会！

工作坊导师简介

宗像恒次：东京大学保健学博士、东京大学社会学硕士、哈佛大学医学博士后，SAT 疗法创始人。日本著名心理学家、健康行动科学家、健康心理治疗师。曾任日本国家精神·神经中心研究室主任；世界卫生组织药物依赖局顾问·世界艾滋病对策局顾问；筑波大学教授·人类关怀科学院院长。现任日本健康行动科学研究所所长，日本健康咨询学会会长，日本精神保健社会学会会长。

获奖情况：

- ◆ 21 世纪杰出人物贡献奖，英国，2010
- ◆ 世界前 100 位健康教育专家，CAMBRIDGE，英国，2009



◆ 21 世纪杰出心理学贡献奖，NORTH CAROLINA，美国，2010

◆ 马奎斯世界名人录，美国，2010，2011，2012，2013

翻译者和助教简介



胡文燕：博士，毕业于日本筑波大学人文关怀科学·健康咨询专业。浙江工商大学心理健康教育中心专职咨询师。曾任筑波大学研究员。师从宗像恒次教授多年，高级 SAT 疗法治疗师，SAT 疗法培训讲师，致力于 SAT 疗法的普及和人才培



杨文洁：人文关怀科学硕士，毕业于日本国立筑波大学，云南大学教师，SAT 疗法培训师，高级 SAT 疗法治疗师。多次担任宗像恒次教授亲自授课的 SAT 疗法培训现场翻译及教学助手，致力于在国内开展 SAT 疗法健康教育和人才培养。



田中京子：保健学硕士，SAT 疗法高级健康心理治疗师。跟随宗像恒次教授学习 SAT 疗法 20 年，有丰富的治疗抑郁症、多种心身疾患的临床经验。现任日本中村学院大学讲师。



金佳子：59 岁，SAT 疗法高级健康心理治疗师。从事日本警察咨询业务 11 年，跟随宗像恒次教授学习 SAT 疗法 13 年。多次担任中国 SAT 疗法培训助教，有丰富现场指导经验。现在，在日本多地的 SAT 学习会、讲演会中担任负责人。

SAT 疗法

SAT 疗法是由宗像恒次教授创立，是世界范围内首次将咨询应用于治疗癌症等重大身体健康问题的健康心理咨询法。在日本，SAT 疗法与内观疗法、森田疗法齐名，它起源于亚洲文化，是更切合亚洲人群心身特点的前沿心理咨询法。30 年多年来，宗像教授致力于临床实践，运用 SAT 疗法可以在三~六次的咨询内完成对抑郁症、自闭症、精神分裂症等精神的治疗。此外，宗像教授更进一步将其应用于对多种癌症、关节病、二型糖尿病等疑难杂症的临床治疗，通过支援来访者践行心身愉悦的生活方式，激活 DNA 及自身免疫

力的活性，提高身体的自然治愈力，攻克疾病，收拾健康！有医学检测值数据表明，接受 SAT 疗法治疗的癌症患者（人均 6-10 次，每次 2 小时），其体液免疫力及基因免疫力都显著增加并达到健康人群水平，有效的防止了癌症的复发、转移以及其他并发症。接受 SAT 疗法治疗的糖尿病患者（人均 1-3 次，每次 2 小时）血糖值均得到有效的控制和明显的改善。SAT 疗法将会为您提供有效的方法，帮助您认识自己的想法、能量、自己做出决定以解决正在面临的问题。帮助您在生命中体会被爱的满足，爱自己和爱别人的尊贵，将失败、挫折、疾病、事故、纠纷变成自我成长的能量。

其他事项

【课程时间】 2015 年 8 月 21—23 日 9:00—17:30

【课程地点】 昆明怡景园度假培训中心

【课程投资】 3800 元（不含交通食宿，不含发票税费，要开发票增加 10%费用）

【报名优惠】 7 月 20 日前，3 人以上团体报名每人 3600 元，个人报名每人 3800 元

【咨询报名】 0871-6516 5668；13808712119 赵老师；13708441153 梁老师 18788128705 吴老师

【课程收费账户 1】

账户名称：昆明赛烨科技有限公司

汇款账号：937031010000080221

开户银行：富滇银行昆明白云支行

【课程收费账户 2】

账户名称：赵力颖

汇款账号：6217003860008716027

开户银行：中国建设银行（昆明锦苑花园支行）；汇款时请注明姓名+8 月 SAT 课学费，敬请保留回执，谢谢！

【主办单位】 昆明赛烨心理服务机构 萨提亚西南中心 SAT 疗法中国总部

昆明赛烨心理服务机构

萨提亚西南中心

2015 年 6 月 25 日