



こころの健康 アバター支援サービス



- ✓ 結婚、家族、キャリアプランなど
- ✓ 健康、性格、セクシュアリティなど
- ✓ 社内の人間関係、友人や恋人のことなど
- ✓ セルフケアに関すること、睡眠、オンオフのきりかえなど

イメージ動画公開中!



KATAruruの特徴



誰もが気軽にメンタルヘルス支援を受けられる環境を提供することを目指し、パーソルワークスデザイン×認知行動療法等を研究する東京大学「下山研究室」にて共同研究を行い実現した、新たな形のこころの健康 アバター支援サービスです。

Quality

経験豊富なこころの専門家が対応

※公認心理師（国家資格）臨床心理士（主要民間資格）師資格を有する

Privacy

他人に知られずに安心して相談できる

※サービス利用規約に準ずる

Comfort

背景や服装を気にせず好きな場所から利用できる

選べる2つのコース

気軽に相談

気軽に相談コース(30分以内/回): 悩み・困りごと、気持ちなどを自由に話すことができます。

30 min

自分をかたる

本格的相談

本格的相談コース(50分以内/回): 問題を整理することを目的に、専門的な相談を受けることができます。(相談内容に応じて専門の心理師が担当します。)

50 min

問題をかたる

必要に応じて利用・使用の提案



ご利用者様の声

丁寧に話を聞いてもらい、話して良かった。

小さい問題だと思っていたが、話をしていくうちに根本的な問題も見えてきたので本格的な相談も利用してみようと思った。



話を引き出して問題を整理してくれたため、自分にとって何がストレスになっていたのかが気づくことができた。

相手もアバターなので、緊張せずに話せた。

ご利用検討中の皆様へ



東京大学 下山 晴彦

KATAruru(かたるる)では、パーソルワークスデザイン株式会社との協働のもとアバター心理相談に特化した研修システム[※]を用いて心理師の育成を行っています。

ご相談はいつでも研修を受けた心理師が担当しますので、安心してお話してください。

KATAruruでの「語り」を通して、あなたの気持ちが「楽になる」よう、心理師がお手伝いします!

※東京大学下山研究室にて開発

お問い合わせ先

パーソルワークスデザイン株式会社
〒151-0053
東京都渋谷区代々木1-21-10 インターパーク代々木3F
人事支援部クライアントサービス課
(TEL)03-5960-7307

