

# T&S Specialized Care



マイクロサイトおよびサービス利用ガイド

2025年6月30日更新

# 目次

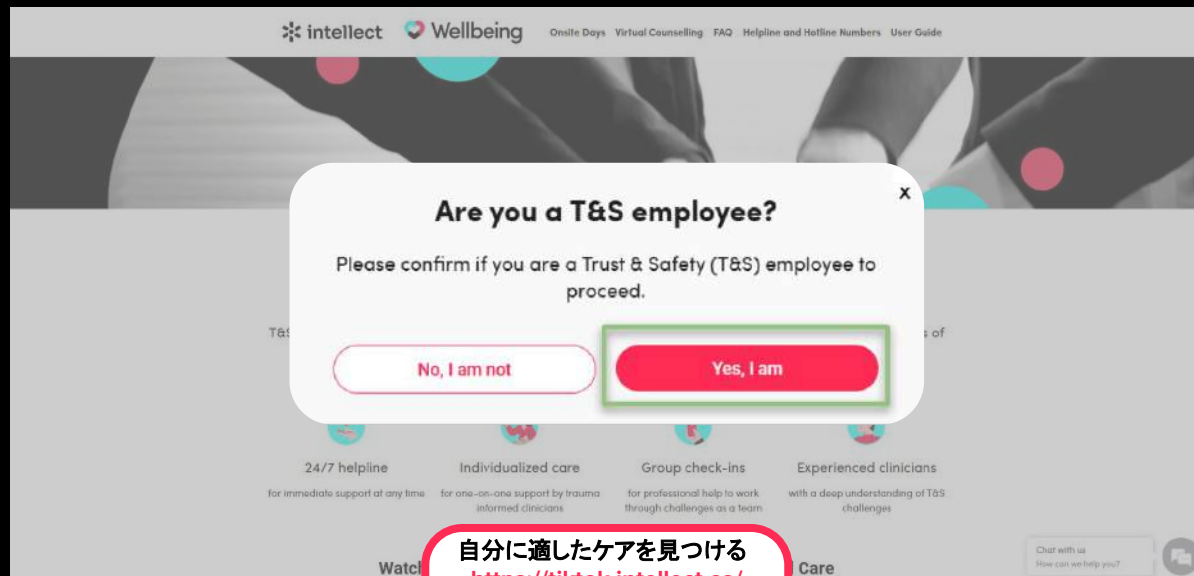
1	アカウントの作成	3
2	必要な情報の入力	8
3	バーチャル1対1カウンセリングサービス <ul style="list-style-type: none"><li>セルフ予約ガイド<ul style="list-style-type: none"><li>バーチャル1対1カウンセリングセッションの予約</li></ul></li><li>セッションの予約変更およびキャンセル</li></ul>	11  18
4	オンサイト1対1カウンセリングサービス <ul style="list-style-type: none"><li>セルフ予約ガイド<ul style="list-style-type: none"><li>オンサイト実施日の確認</li><li>オンサイトでの1対1カウンセリングセッションの予約</li></ul></li><li>セッションの予約変更およびキャンセル、予約の確認、および満席の1対1カウンセリングセッションの確認方法</li></ul>	24  39
5	マイクロサイト チャットボックス	44
6	ウェルビーイング診断 - Trust & Safety (信頼と安全)	46

# アカウントの作成

# ステップ1: T&S Specialized Care マイクロサイトにアクセス

- <https://tiktok.intellect.co/> からマイクロサイトにアクセスするか、QRコードをスキャンします
- 「Yes, I am (はい、私はT&Sの従業員です)」を選択し、T&Sの従業員であることを確認すると、ページのすべてのコンテンツにアクセスできます

※APAC地域の従業員向けのご案内.T&S Specialized Careのサービスは、T&S従業員専用です。そのため、T&S従業員でない場合は、ByteDance全従業員向けのウェルビーイングサポートであるByteDance EAPにリダイレクトされません。



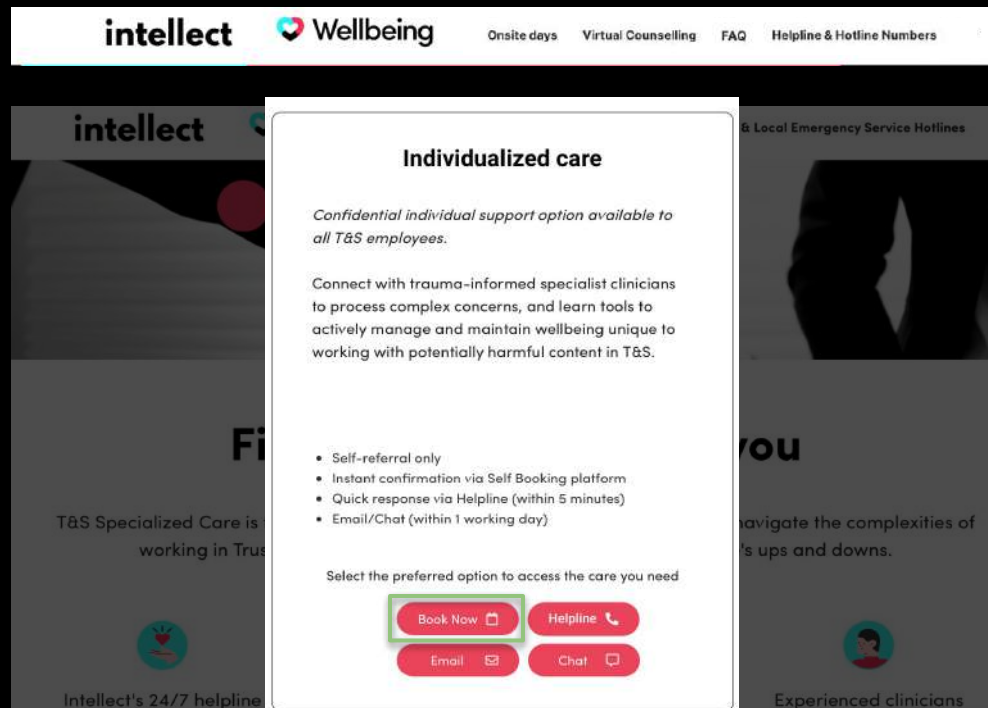
自分に適したケアを見つける

<https://tiktok.intellect.co/>



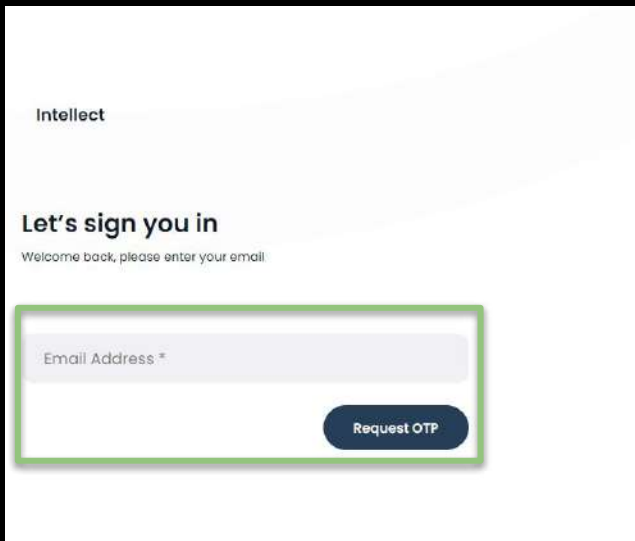
# ステップ2: 個別ケアセクションに進む

- アカウントにサインインするには、ページをスクロールして「Individualized care(個別ケア)」セクションまで進み、[Book Now(今すぐ予約)]を選択します



# ステップ3:OTPの申請

- ログインページが表示されたら、以下の手順を行ってください:
  - ByteDanceのメールアドレスを入力します
  - [Request OTP(OTPの申請)]をクリックします



The screenshot shows the Intellect login interface. At the top, the Intellect logo is displayed. Below it, the text 'Let's sign you in' is followed by 'Welcome back, please enter your email'. A text input field labeled 'Email Address \*' is highlighted with a green rectangular border. To the right of the input field is a dark blue button labeled 'Request OTP'.

“

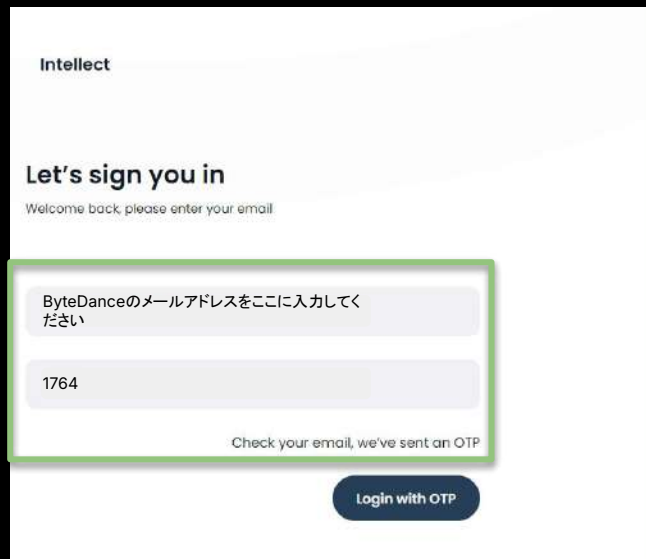
Intellect is a modern-day mental health tech company with a mission to make mental healthcare & wellbeing support accessible for workforces and employees

L

”

# ステップ4: マイクロサイトにログイン

- ByteDanceのメールからOTP (ワンタイムパスワード)を取得します
- OTPを入力します
- [Login with OTP(OTPでログイン)]をクリックします



The screenshot shows the Intellect login interface. At the top, the Intellect logo is displayed. Below it, the heading "Let's sign you in" is followed by the text "Welcome back, please enter your email". A green rectangular box highlights the input fields for the login process. The first field is labeled "ByteDanceのメールアドレスをここに入力してください" (Please enter your ByteDance email address here) and contains the text "ByteDance". The second field is labeled "1764" and contains the text "1764". Below these fields, the text "Check your email, we've sent an OTP" is displayed. At the bottom right, there is a dark blue button labeled "Login with OTP".

“

Intellect is a modern-day mental health tech company with a mission to make mental healthcare & wellbeing support accessible for workforces and employees

L

”

# 必要な情報の入力



# ステップ1: 個人情報の入力

- ログイン後、以下の基本情報の入力を求められます:
  - 氏名
  - 所在地
  - 電話番号
  - LOB(事業部門)、勤続年数、年齢の項目は必須ではありません
- 必須項目の入力が完了したら、Intellectの利用規約およびインフォームドコンセントポリシーに同意することを確認し、チェックボックスにチェックを入れます
- その後、[Next(次へ)]をクリックして進みます

The screenshot shows a registration form titled "Tell us about yourself". Below the title, a note states: "All information entered will remain completely private". The form contains several input fields:

- Full name\***: A text input field with the placeholder "Enter here".
- Location\***: A dropdown menu with the text "Select your location".
- Phone Number\***: A field with a country code dropdown (currently showing a flag) and a text input field containing "+65".
- Select Team (Line of Business)**: A dropdown menu with the text "Select your team".
- Tenure**: A dropdown menu with the text "Select".
- Age**: A dropdown menu with the text "Select".

At the bottom of the form, there is a checkbox that is checked, followed by the text: "I agree to Intellect's [terms of service](#) and [informed consent policy](#)". Below this is a large blue button labeled "Next".

## ステップ2: 緊急連絡先情報の入力

- 次に、緊急連絡先情報の入力が求められます。この項目は必須です
  - 緊急連絡先の氏名
  - 電話番号
  - 続柄
- 入力が完了したら、緊急連絡先本人から同意を得ていることを確認し、チェックボックスにチェックを入れます
- その後、[Continue(続行)]をクリックして進みます


### Add emergency contact

Guidelines for adding your emergency contact

- Choose someone you **trust** who can be contacted to support your care and wellbeing. This will help us act promptly, should an urgent situation arise during our sessions.
- The provided information will be used **only in case of an emergency** and will remain **confidential**.


Name of contact person\*

Phone Number\*



Relationship\*

☒ This person consents to be my emergency contact

 Add emergency contact

Continue

# バーチャル1対1カウンセリングのセルフ予約ガイド： 1対1のバーチャルカウンセリング セッションの予約方法

# ステップ1:プロバイダーの選択

The screenshot shows the 'Virtual Counselling' tab selected. The header has 'Virtual Counselling', 'Onsite Days', and 'All Bookings'. Below is 'Select a provider to start your journey'. Three provider cards are visible: Amirah Razak, Filza Izzyan Binti Azmi, and Eunice Chong. A location dropdown menu is open on the right, showing 'Kuala Lumpur' selected. The 'Book a session' button for Amirah Razak is highlighted with a green box.

- ログイン後、care.intellect.coにアクセスすると、デフォルトで[Virtual Counselling(バーチャルカウンセリング)]タブが表示されます
- このページでは、あなたの現在の所在地(オンボーディング時に入力した所在地)にいる専門カウンセラーのプロフィールのみが表示されます。他の地域の専門カウンセラーのプロフィールを閲覧したい場合は、地域フィルターをご利用ください
- 自分に合った専門カウンセラーを見つけたら、[Book a session(セッションを予約)]をクリックします

## ステップ2: セッションの頻度・時間・日付の選択

- あなたの専門カウンセラーとの定期セッション（毎週または隔週）を選択することが可能です
- もちろん、1回のみのセッションを選ぶこともできます

Select a provider to start your journey  
(Session booking for employee@bytedance.com)

Book a session  
Session duration: 60 minutes

Frequency  
To achieve your client's goals, we recommend booking weekly recurring sessions.

**Recommended**  
Weekly Biweekly One-time

Over 70% of Intellect users in recurring sessions improved their self-confidence and work performance.

Session date  
[Calendar icon]

Repeats once a week

Confirm

Haeyoung Jeong  
Next availability on Fri 26 Apr, 02:30PM MYT  
Haeyoung adopts an integrative and holistic therapeutic approach, weaving together traditional verbal psychodynamic psychotherapy, mindfulness, person-centered, and art therapy. With a primary focus on awareness, she strives to create an open and supportive environment that encourages profound  
English French Korean  
Book a session

on Wed 24 Apr, 10:00PM MYT  
Psychologist with a degree from [university], brings a wealth of experience in [experience] related to anxiety, depression, and self-esteem. Guided by a diverse [approach], she integrates Cognitive Behavior [techniques], and Solution Focused [techniques].  
Indonesian  
Book a session

# ステップ3: セッションの頻度・時間・日付の選択

- 下に緑色の点が表示されている日付は、その専門カウンセラーの空き日を示しています
- ご希望の日付を選択します
- [Select(選択する)]をクリックします

Book a session

Session duration: 60 minutes

Frequency

To achieve your client's goals, we recommend booking weekly recurring sessions.

Weekly Biweekly One-time

Over 70% of Intellect users in recurring sessions improved their self-confidence and work performance.

Session date

Repeats once a week

Confirm

Cancel Select

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

## ステップ4: セッションの頻度・時間・日付の選択

- 利用可能な時間帯の一覧が表示されます
- ご希望の開始時間を選択します
- [Confirm(確定)]をクリックします

The screenshot shows a web application for booking therapy sessions. A modal titled "Book a session" is open, displaying the session duration as "60 minutes". The "Session date" is set to "Apr 25, 2024 - Thursday". Below this, a "Select a start time (MYT)" section shows a grid of time slots. The slot "02:00PM" is highlighted with a green border. Below the grid, it states "Repeats once a week on Thursday, 02:00 PM - 03:00 PM for 4 sessions (4 credits)". At the bottom of the modal is a "Confirm" button. The background shows a list of providers, with one provider, "Jeong", partially visible.

Select a provider to start your journey

Session booking for employee@bytedance.com

Book a session

Session duration: 60 minutes

Session date

Apr 25, 2024 - Thursday

Select a start time (MYT)

02:00PM	02:30PM	03:00PM	03:30PM	04:00PM
04:30PM	05:00PM	05:30PM	06:00PM	06:30PM

Repeats once a week on  
**Thursday, 02:00 PM - 03:00 PM**  
for 4 sessions (4 credits)

Confirm

Jeong Jeong

Next availability on Fri 26 Apr, 02:30PM MYT

Jeong adopts an integrative and holistic therapeutic approach, weaving together traditional verbal psychodynamic psychotherapy, mindfulness, person-centered, and art therapy. With a primary focus on awareness, she strives to create an open and supportive environment that encourages profound

English French Korean

Book a session

on Wed 24 Apr, 10:00PM MYT

Psychologist with a degree from [university], brings a wealth of experience in [experience] related to anxiety, depression, and self-esteem. Guided by a diverse [approach], she integrates Cognitive Behavioral [techniques], and Solution Focused

Book a session

# ステップ5: セッションの確定

- セッションが予約されました！
- セッションの予約が確定すると、確認メールが送信されます

The screenshot shows a confirmation modal for a session with Soyoung Park, an intellect clinician. The modal includes a profile picture, name, and session details: 'Upcoming session on Thursday, Apr 25' from '02:00 PM - 03:00 PM'. Below this, a section titled 'Getting ready for your call' provides helpful information in two columns.

**Getting ready for your call**  
Here are some helpful answers to commonly asked questions

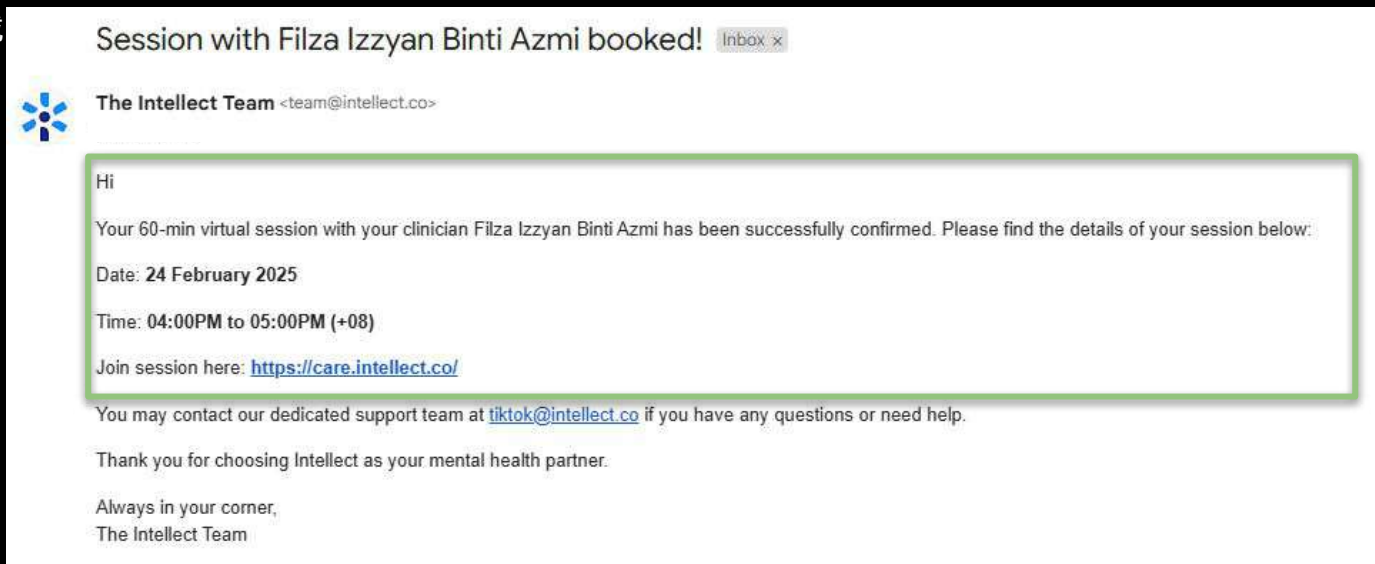
- **Do I need to install any software?**  
No. You don't need to install any software, the call will be hosted on our website.
- **How do I join?**  
Select "Join session" on the main page after logging into this website.
- **When should I join?**  
We recommend joining 5 minutes ahead of time so that you can gather your thoughts and have a productive session.
- **How should I prepare for the call?**  
Before your first call with your coach, write down specific issues you'd like to address. For example, you might want to focus on 'building a better relationship with my team' or 'overcoming procrastination.' Your coach will guide you through the issues you've identified.
- **What if I can't make it?**  
We get it, life happens. If you need to reschedule or cancel, do it at least 24 hours before your session to get your credit returned. Cancelling within 24 hours means you won't get your credit back.



# ステップ6: セッションの確定

確認メールには以下の情報が記載されています:

- 専門カウンセラーの氏名
- セッションの日付
- セッションの時間
- セッションに参加するためのリンク



# バーチャル1対1カウンセリング セッションの予約変更またはキャン セル方法

# セッションの予約変更およびキャンセル

- 専門カウンセラーとのセッションを予約変更またはキャンセルする必要がある場合は、プロバイダー選択ページに表示される「近日予定のセッション案内」から手続きできます
- [Join(参加する)]ボタンの右側にある三点リーダー(...)をクリックします。そこから[Reschedule session(セッションを予約変更)]または[Cancel session(セッションをキャンセル)]のいずれかを選択できます

Select a provider to start your journey

Virtual Clinical

interaction, and attachment. Grounded in the Person-Centered Approach and Emotion-Focused Therapy, her counseling approach places a strong emphasis on understanding, regulating emotions, and fostering healthy relationships. Throughout sessions, Soyoung focuses on the therapeutic relationship and the exploration of emotions, aiding individuals in comprehending, respecting, and attributing more value and meaning to themselves. She finds that these aspects lead to the most helpful and meaningful therapeutic changes in her clients. Soyoung's self-introduction to clients reflects her empathetic approach: "I see you as I see myself." Her academic achievements include completing a Doctorate course in Counseling Psychology and earning an M.A. in Clinical & Counseling Psychology. Soyoung has conducted several psychological research projects on emotion and relationships. Importantly, she embraces a commitment to non-discrimination, welcoming individuals of diverse sexual identities, orientations, LGBTQIA+, those with physical challenges, and individuals of any age, race, gender, or sex.

Upcoming session

Apr 25, 2024 02:00PM - 03:00PM +08

Soyoung Park

Your clinician might be wrapping up a session prior to yours. If they have yet to join the session within 5 minutes, kindly contact [tiktok@intellect.co](mailto:tiktok@intellect.co) immediately.

Join ...

Reschedule session

Cancel session

# セッションの予約変更およびキャンセル

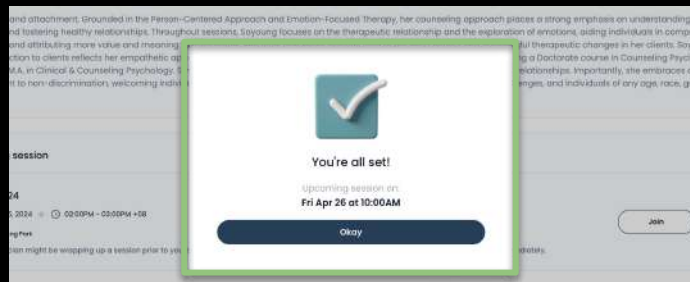
- 予約変更する場合は、ご都合の良い別の日付と時間を選択します
- [Confirm(確定)]をクリックすると、セッションが変更されます

The screenshot shows a 'Reschedule session' dialog box. It has a title bar with a close button. Below the title, there's a section 'Select Session Duration' with a dropdown menu showing '60 min'. Below that is a 'Start Date' field with a calendar icon. To the right of the date field is a calendar for April 2024. The calendar shows days from Sunday to Saturday. The 26th is highlighted. Below the calendar is a text field showing 'Apr 26, 2024 - Friday'. At the bottom of the dialog is a 'Confirm' button.

The screenshot shows the same 'Reschedule session' dialog box, but with the 'Start Date' field now populated with 'Apr 26, 2024 - Friday'. Below the date field is a section 'Select a start time (MYT)' with a grid of time slots. The time slots are: 09:00AM, 09:30AM, 10:00AM, 10:30AM, 11:00AM, 11:30AM, 12:00PM, and 12:30PM. At the bottom of the dialog is a 'Confirm' button.

# セッションの予約変更およびキャンセル

- 予約が確定すると、新しいセッションの詳細に関する通知が表示されます
- また、予約変更されたセッションの確認メールも送信されます



The Intellect Team <team@intellect.co>

Hi

Your 60-min virtual session with Filza Izzyan Binti Azmi has been successfully rescheduled upon your request.

Please find the details of the rescheduled session below:

Date: 24 February 2025

Time: 04:00PM

Revised Date: 25 February 2025

Revised Time: 02:00PM

You may also contact our dedicated support team at [tiktok@intellect.co](mailto:tiktok@intellect.co) if you have any questions or need help.

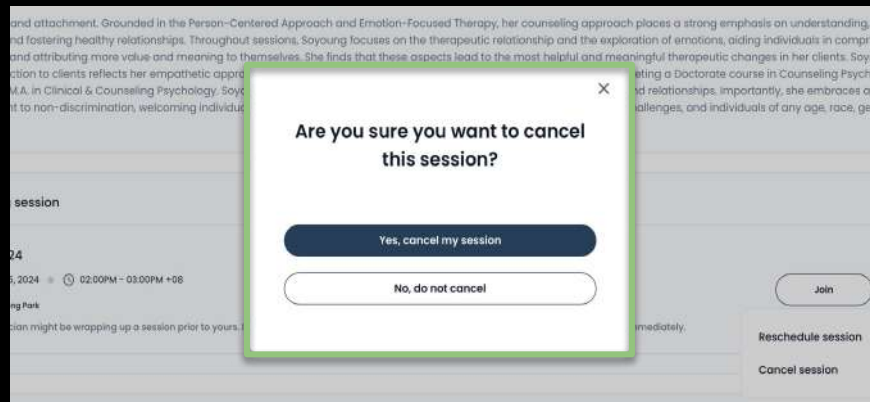
Thank you for choosing Intellect as your mental health partner.

Always in your corner,

The Intellect Team

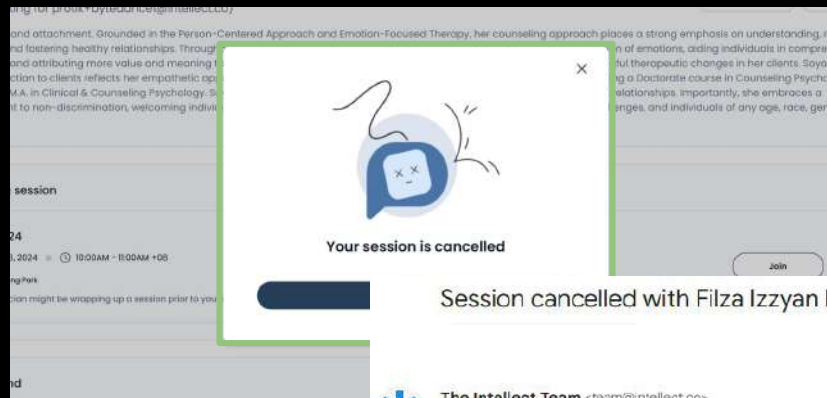
# セッションの予約変更およびキャンセル

- [Cancel session (セッションをキャンセル)]をクリックすると、キャンセルを確定するメッセージが表示されます
- セッションをキャンセルする理由を選択してください



# セッションの予約変更およびキャンセル

- キャンセルが確定すると、セッションがキャンセルされたことを示すポップアップ通知が表示されます
- また、キャンセルされたセッションについての確認メールも送信されます



The Intellect Team <team@intellect.co>

Hi

Your 60-min virtual session with Filza Izzyan Binti Azmi has been successfully cancelled upon your request.

The details of your session cancellation are:

- Date: 25 February 2025
- Time: 02:00PM

We encourage you to speak with Filza Izzyan Binti Azmi via chat to ask for a timeslot that is convenient for you.

You may book another session with your clinician at your convenience at [care.intellect.co](https://care.intellect.co).

You may also contact our dedicated support team at [tktok@intellect.co](mailto:tktok@intellect.co) if you have any questions or need help.

Thank you for choosing Intellect as your mental health partner.

Always in your corner,

The Intellect Team

# オンサイト 1対1カウンセリング のセ ルフ予約ガイド： 1対1のオンサイトカウンセリングセッ ションの予約方法

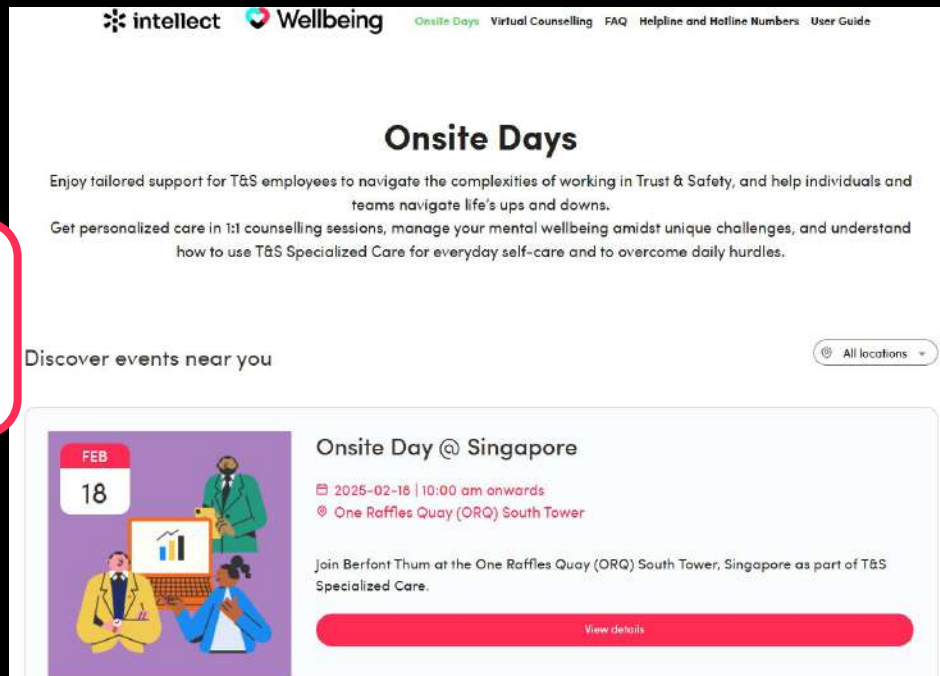


# ステップ1: オンサイト実施日のデフォルト表示

- <https://tiktok.intellect.co/>からマイクロサイトにアクセスするか、QRコードをスキャンします
- マイクロサイトにアクセスしたら、「Individualized care(個別ケア)」セクションに進み、「Onsite Days(オンサイト実施日)」をクリックします。このタブでは、すべてのオンサイト実施日のスケジュールを確認できます

自分に適したケアを見つける

<https://tiktok.intellect.co/>



The screenshot shows the 'Onsite Days' page of the Intellect Wellbeing microsite. The header includes the Intellect and Wellbeing logos, with navigation links for Onsite Days, Virtual Counselling, FAQ, Helpline and Hotline Numbers, and User Guide. The main heading is 'Onsite Days', followed by a description: 'Enjoy tailored support for T&S employees to navigate the complexities of working in Trust & Safety, and help individuals and teams navigate life's ups and downs. Get personalized care in 1:1 counselling sessions, manage your mental wellbeing amidst unique challenges, and understand how to use T&S Specialized Care for everyday self-care and to overcome daily hurdles.' Below this is a section titled 'Discover events near you' with a location filter set to 'All locations'. A featured event card for 'Onsite Day @ Singapore' is displayed, showing the date 'FEB 18', time '2025-02-18 | 10:00 am onwards', and location 'One Raffles Quay (ORQ) South Tower'. It includes an illustration of three people in business attire and a button to 'View details'.

# ステップ1: オンサイト実施日のデフォルト表示

- デフォルトでは、すべての地域でのオンサイト実施日が表示されます
- 右側の地域のドロップダウンから、特定の地域を選択すると、お近くで行われるオンサイト実施日のみを表示できます

intellect Wellbeing

Onsite Days Virtual Counselling FAQ Helpline & Hotline Numbers

## Onsite Days

Enjoy tailored support for T&S employees to navigate the complexities of working in Trust & Safety, and help individuals and teams navigate life's ups and downs.

Get personalized care in 1:1 counselling sessions, manage your mental wellbeing amidst unique challenges, and understand how to use T&S Specialized Care for everyday self-care and to overcome daily hurdles.

Discover events near you All locations

**Onsite Day @ Singapore**

2025-02-18 | 10:00 am onwards

One Raffles Quay (ORQ) South Tower

Join Berfont Thum at the One Raffles Quay (ORQ) South Tower, Singapore as part of T&S Specialized Care.

[View details](#)

**Onsite Day @ Jakarta**

2025-02-18 | 11:00 am onwards



MCC Office

Join Nadhira Meindy at the MCC Office, Jakarta as part of T&S Specialized Care.

[View details](#)

## ステップ1: オンサイト実施日のデフォルト表示

- [View details(詳細を見る)]をクリックすると、そのオンサイト実施日に行われるイベントと、担当するプロバイダーの詳細が確認できます
- 必要に応じて、FAQでさらなる詳細もご覧いただけます





[About us](#)
[Services](#)
[Contact us](#)


# What are Onsite Days?

Onsite days occur when a trained clinician from T&S Specialized Care is deployed to a local Trust & Safety office to provide wellbeing support, in collaboration with your local wellbeing site managers. It typically includes a variety of services such as individual counselling sessions, group check-ins or group training sessions.

This comprehensive approach aims to provide Trust & Safety teams with more accessible mental health support, building a healthier and safer workplace.



## Available services




### 1-1 Counselling

2025-02-18 | 10:00 AM onwards

One Raffles Quay (ORQ) South Tower

One-to-one confidential therapeutic support with trained clinicians who can work with you to explore your experiences and support the development of healthy strategies to manage difficult thoughts, emotions and behaviors dependent on the context of your situation.

Book your slot




### Confronting the uncomfortable: Navig...

12 October 2024 | 5:30 pm - 8:30 pm

171 Tras Street | Block B, Level 4, Room 3

Enhance your wellbeing with sessions organised by the T&S team and facilitated by Intellect-sourced clinicians. These 30 or 60-minute virtual, hybrid, or in-person sessions provide insights and strategies across four key themes: Managing Reactions, Managing Workplace Stressors, Resilient Thinking, and Building Self to help employees handle potentially harmful content

Register



### Mitigating Sleep Disorders


12 October 2024 | 5:30 pm - 8:30 pm

171 Tras Street | Block B, Level 4, Room 3

Intellect's wellbeing topics for T&S employees offer a comprehensive 60-minute program designed to promote wellness within T&S teams. These sessions can be held virtually in person, or in a hybrid format. Led by trained counsellors, these programs provide valuable insights into individual wellbeing, addressing both personal and job-related challenges faced by people.

Register

## Meet Counsellor Berfont Thum



**About me**

Berfont is a clinical member and a registered counsellor with the Singapore Association of Counselling, holding a Master's in Counselling (Advanced) from Swinburne University. His counselling philosophy is rooted in Person-Centred Therapy (PCT), emphasizing a safe and respectful therapeutic environment that supports healing and self-discovery. Berfont primarily employs Cognitive-Behavioural Therapy (CBT) for structured, evidence-based interventions and Integrative Transactional Analysis (TA) to explore early childhood experiences and address core emotional needs, enhancing self-awareness and self-compassion. His clinical work spans ages 16 to 65, addressing both chronic and acute mental health issues, including mood disorders, anxiety, psychosis, and adjustment disorders. He also assists clients through life transitions and grief. Berfont is dedicated to guiding his clients towards self-compassion through stress management, emotional reparenting, and unconditional affirmation and regulation.

**Specialisations**

- Mood & Counselling (Anxiety)
- Mood & Anxiety Disorders
- Personality and Self
- Person Phenomenology
- Emotional Reparenting & Self-compassion
- Personhood and Relationship Issues
- Person-Centred Therapy
- Person-Centred Analysis
- Singapore, Singapore

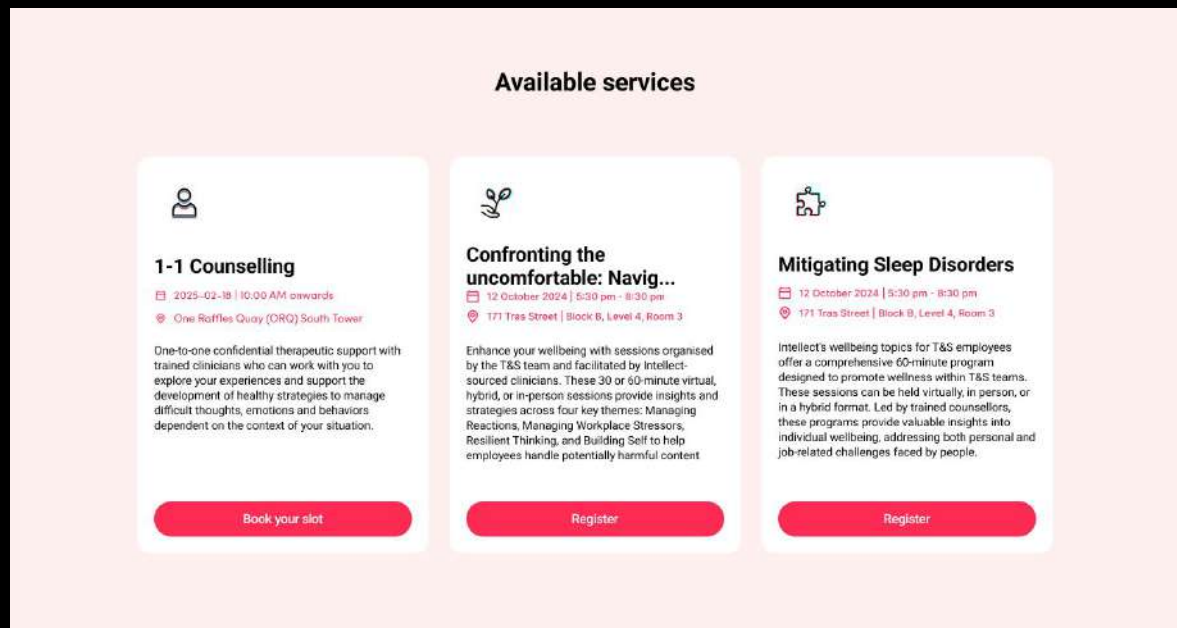
## Frequently Asked Questions

How can I book an onsite counselling session?	▼
Who is eligible to attend onsite days?	▼
What are the services available during an onsite day?	▼
Can I see my matched counsellor during an onsite day?	▼
Do I get unmatched with my virtual counsellor if I attend onsite counselling with a different counsellor?	▼
How often do we have onsite days with a counsellor coming to the office?	▼
How can I reschedule / cancel an onsite 1:1 counselling session?	▼

# ステップ2: オンサイト実施日サービスの選択

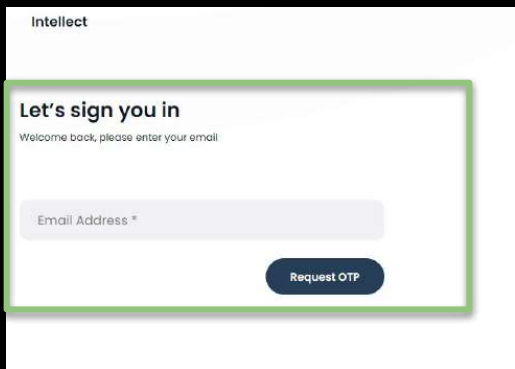
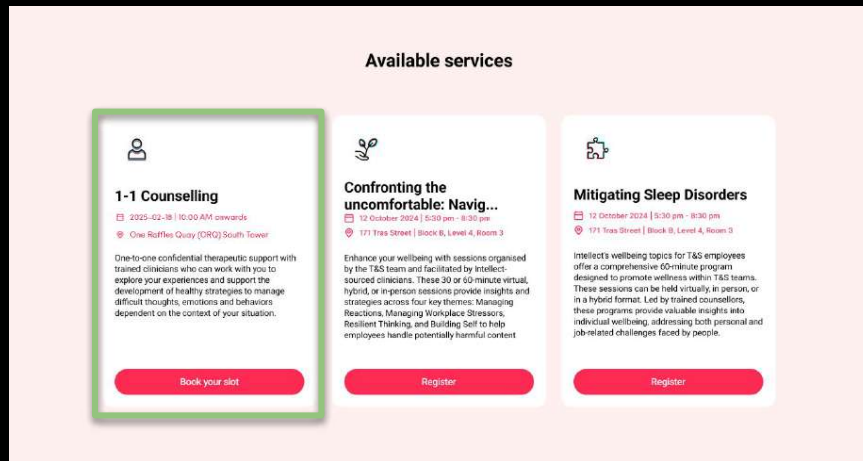
## 利用可能なサービス

- **1対1カウンセリングカード:**  
[Book Your Slot(時間枠を予約)]をクリックすると、サインインページにリダイレクトされます(次のスライドを参照)
- **プログラム提供( RISE/Intellectウェルビーイング)カード:**  
[Register(登録する)]をクリックすると、そのセッションのLarkカレンダーにリダイレクトされます。



# ステップ3:1対1カウンセリングセッションの予約

- 1対1カウンセリングカードで[Book Your Slot(時間枠を予約)]をクリックすると、サインインページに移動します。そこでは以下のことが求められます:
  - ByteDanceのメールアドレスを入力します
  - [Request OTP(OTPの申請)]をクリックします
- 以前にサインイン済みの場合は、ログアウトしていない限り再度サインインする必要はありません。

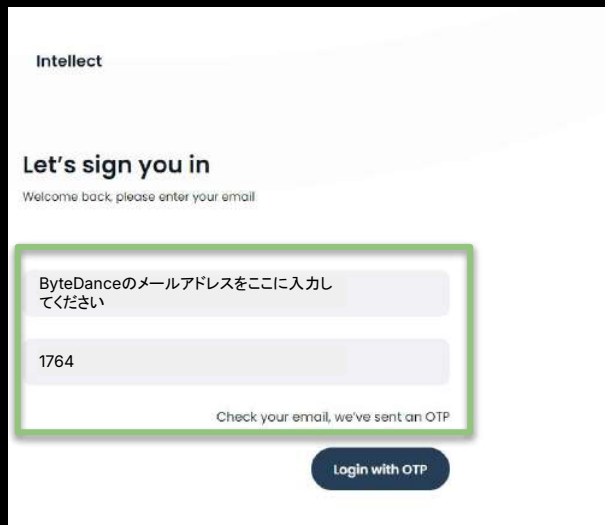


Intellect is a modern-day mental health tech company with a mission to make mental healthcare & wellbeing support accessible for workforces and employees



# ステップ4:ログイン

- ByteDanceのメールからOTP(ワンタイムパスワード)を取得します
- OTPを入力します
- [Login with OTP(OTPでログイン)]をクリックします



The screenshot shows the Intellect login interface. At the top, the Intellect logo is displayed. Below it, the heading "Let's sign you in" is followed by the subtext "Welcome back, please enter your email". A green rectangular box highlights the input fields for the login process. The first field is labeled "ByteDanceのメールアドレスをここに入力してください" (Please enter your ByteDance email address here) and contains the text "ByteDance". The second field contains the number "1764". Below these fields, a message states "Check your email, we've sent an OTP". At the bottom of the highlighted area, there is a blue button labeled "Login with OTP".



Intellect is a modern-day mental health tech company with a mission to make mental healthcare & wellbeing support accessible for workforces and employees



# ステップ5: 自分の所在地のオンサイト実施日を表示

- care.intellect.coにアクセスすると、引き続きデフォルトで[Virtual Counselling (バーチャルカウンセリング)]タブが表示されます
- [Onsite Days (オンサイト実施日)]タブをクリックすると、あなたの所在地のオンサイト実施日の一覧が確認できます
- マイクロサイト経由で予約したカウンセリングセッションはすべて、[All Bookings (すべての予約)]タブに一覧表示されます。バーチャルカウンセリングの予約は、引き続きプロバイダーのプロフィール内で確認できます(マッチング済みの場合)

Virtual Counselling **Onsite Days** All Bookings

Discover onsite days near you

**APR 16** **Onsite Day - Kuala Lumpur**

📅 11:00 AM +08 onwards  
📍 Platinum Sentral Office, Kuala L...

11 Counselling

Counsellor  
 **Filza Izzyan Binti Azmi**  
Masters of Counselling, Certification of Emotionally Focused Therapy

[View Details](#)

**APR 22** **Onsite Day - Kuala Lumpur**

📅 12:00 AM +08 onwards  
📍 Platinum Sentral Office, Kuala L...

11 Counselling

Counsellor  
 **Hanurekha**  
Master's in Counselling, Board of Counsellors of Malaysia

[View Details](#)

# ステップ5: 自分の所在地のオンサイト実施日を表示

- [Onsite Days(オンサイト実施日)]タブでは、オンボーディング時に入力した所在地がデフォルトで、選択された地域として表示されますが、別の地域を選択して他のT&Sオフィスで行われるオンサイト実施日も確認することができます

Virtual Counselling   **Onsite Days**   All Bookings

Discover onsite days near you

Kuala Lumpur ▼

**APR 16**   **Onsite Day - Kuala Lumpur**

📅 11:00 AM +08 onwards  
📍 Platinum Sentral Office, Kuala L...

1:1 Counselling

Counselor  
 **Filza Izzyan Binti Azmi**  
Masters of Counselling, Certification of Emotionally Focused Therapy

[View Details](#)

**APR 22**   **Onsite Day - Kuala Lumpur**

📅 12:00 AM +08 onwards  
📍 Platinum Sentral Office, Kuala L...

1:1 Counselling

Counselor  
 **Hanurekha**  
Master's in Counselling, Board of Counsellors of Malaysia

[View Details](#)

**APR 22**   **Onsite Day - Kuala Lumpur**

📅 11:00 AM +08 onwards  
📍 Platinum Sentral Office, Kuala L...

1:1 Counselling

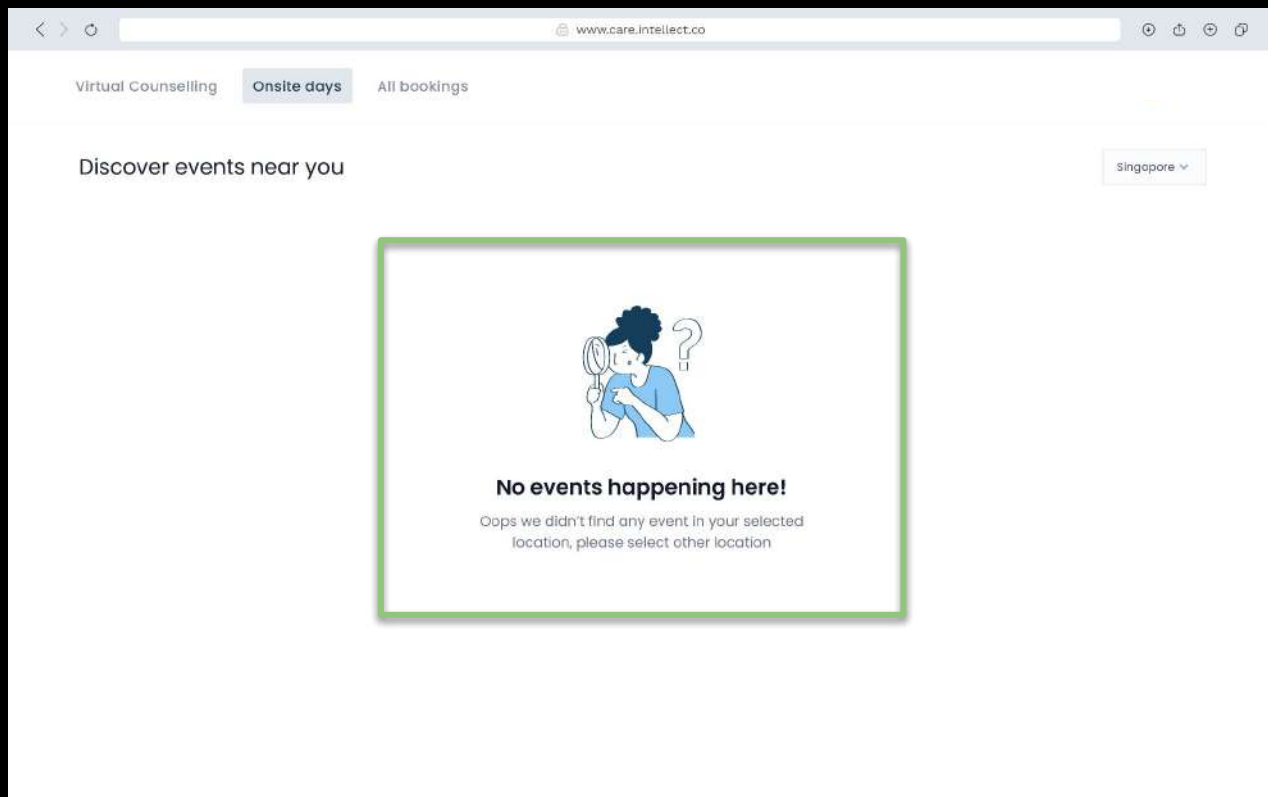
Counselor  
 **Amirah Razak**  
Master of Psychology (Clinical)

[View Details](#)

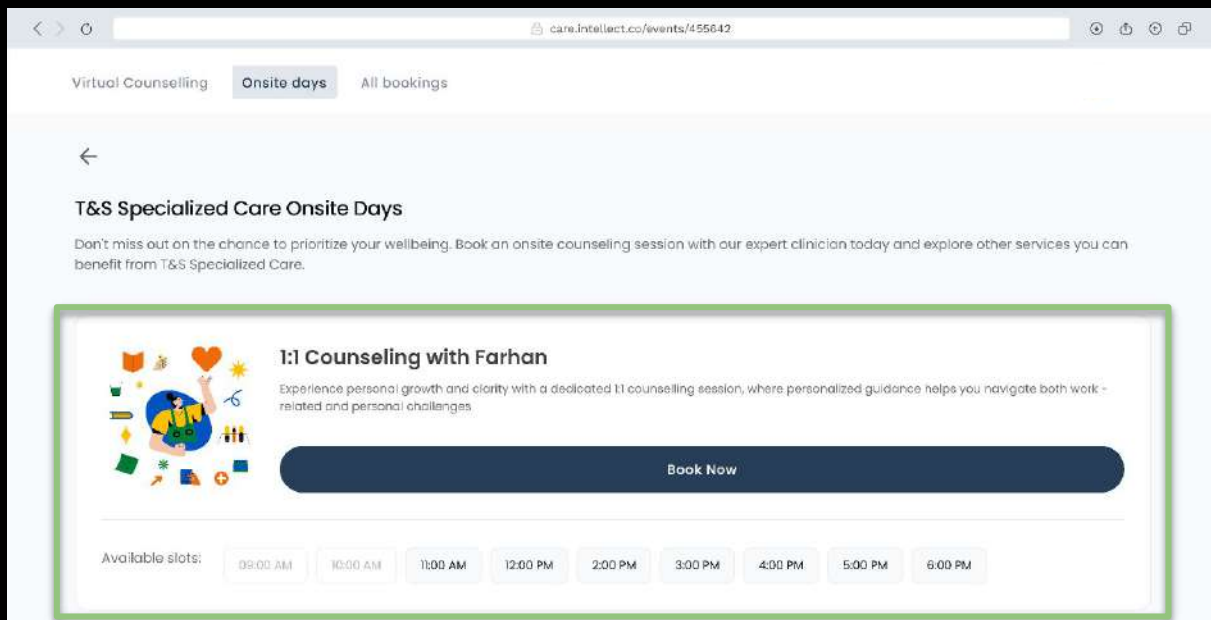


# ステップ5: 自分の所在地のオンサイト実施日を表示

- あなたの所在地で現在オンサイト実施日が予定されていない場合は、このポップアップが表示されます



# ステップ6:1対1カウンセリングカードを表示



- イベント一覧ページで[View details (詳細を見る)]をクリックすると、デプロイメント(実施)詳細ページに移動します
- ページ上部に「1対1カウンセリングカード」が表示され、予約可能な時間枠を選択できます
- 前面に利用可能な時間枠が表示され、予約済みの時間枠はグレーで表示されます
- 1対1カウンセリングセッションを予約しない場合は、ページを下にスクロールして、そのオンサイト実施日の他のサービスを確認することもできます

# ステップ7: 追加情報を表示

## When & Where



February 18, 2025 | 10:00 AM +08 onwards



One Raffles Quay (ORQ) South Tower, Singapore

## About Berfont Thum



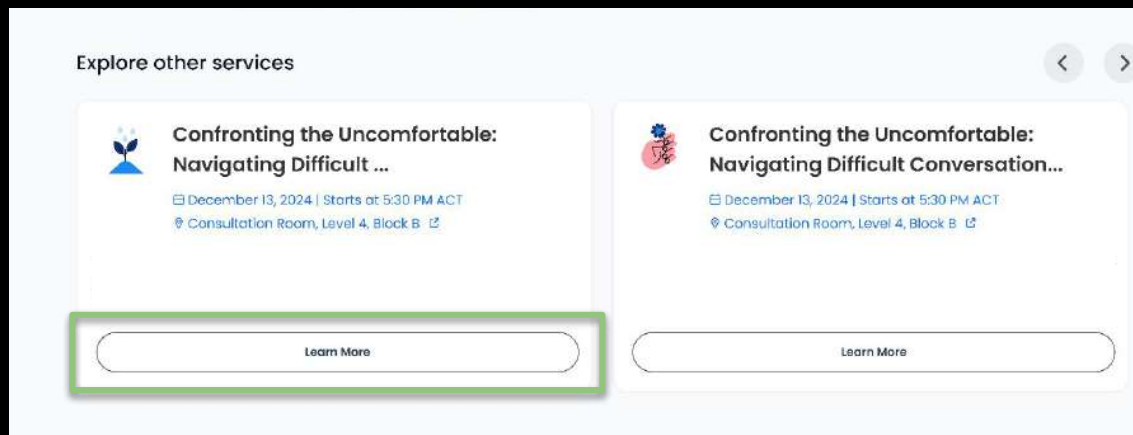
Berfont is a clinical member and a registered counsellor with the Singapore Association of Counselling, holding a Master's in Counselling (Advanced) from Swinburne University. His counselling philosophy is rooted in Person-Centred Therapy (PCT), emphasising a safe and respectful therapeutic environment that supports healing and self-attunement. Berfont primarily employs Cognitive Behavioural Therapy (CBT) for structured, evidence-based interventions and integrates Transactional Analysis (TA) to explore early childhood experiences and address core emotional needs, enhancing self-awareness and self-compassion. His clinical work spans ages 15 to 65, addressing both chronic and acute mental health issues, including mood disorders, anxiety, psychosis, and adjustment disorders. He also assists clients through life transitions and grief. Berfont is dedicated to guiding his clients towards self-compassion through stress management, emotional reparenting, and emotional attunement and regulation.

### Specialisations

Master of Counselling (Advanced)

- 下にスクロールすると、オンサイト実施の場所、時間、日付を確認できます
- 担当する専門カウンセラーのプロフィールと専門分野も確認できます

## ステップ8: その他のサービスを探す



- さらにスクロールすると、そのオンサイト実施日の他のサービスも確認できます。RISEまたはIntellectウェルビーイングセッションへの登録も選択できます
- 登録プロセスは、Larkカレンダーの招待状にあるRSVP(招待への返信)を通じて行います。これにアクセスするには、[Learn More(詳細を見る)]ボタンをクリックします
- カードが複数ある場合は、セクションがカーousel形式で表示され、横にスライドしてすべてのサービスを確認することができます

# ステップ9: 枠の予約

Book your spot

Where & when  
Consultation Room, Level 4, Block B  
December 13, 2024

Phone number  
+61 8324623434  
We'll use this number for event updates. To change it, visit the "Manage My Information" page.

What would you like to talk about  
Nothing, I just saw the event.

Select a slot for 1:1 counseling session

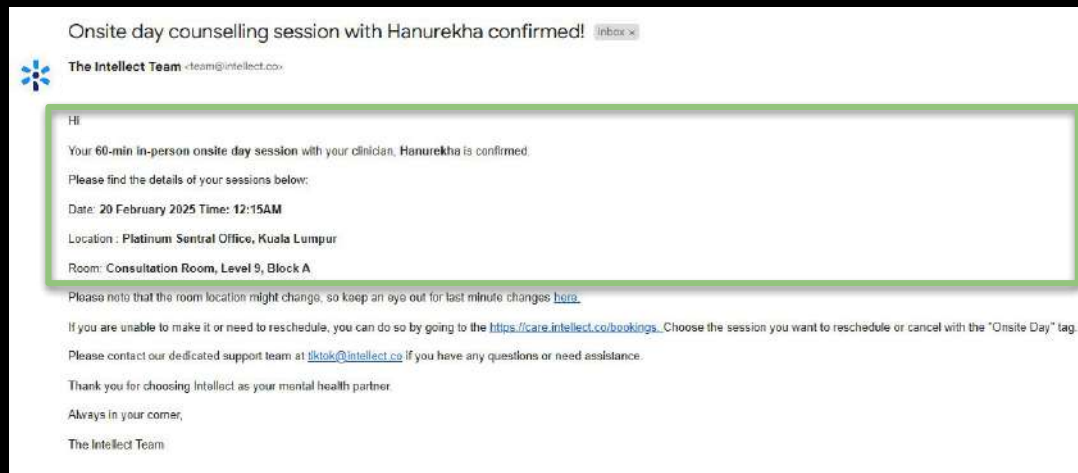
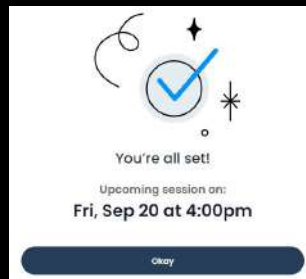
09:00 AM 10:00 AM 11:00 AM 12:00 PM 2:00 PM 3:00 PM  
4:00 PM 5:00 PM 6:00 PM

Confirm

- 時間枠を予約するには、1対1カウンセリングカード内の [Book Now (今すぐ予約)] をクリックします
- 以下の項目が表示されます:
  - **【日時・場所】** オフィスの住所と実施日が表示されます
  - **【電話番号】** オンボーディング時にあなたが入力した電話番号が表示されます。すべての連絡はこの番号に送られます。この番号を変更したい場合は、[Manage My Info (個人情報の管理)] ページから行います
  - **【メモ】** セッション前にプロバイダーと共有したいメモ (任意) を入力し、準備に役立てることができます
- 1対1カウンセリングでご希望の時間枠を選択し、[Confirm (確定)] をクリックします

# ステップ10: セッションの確定

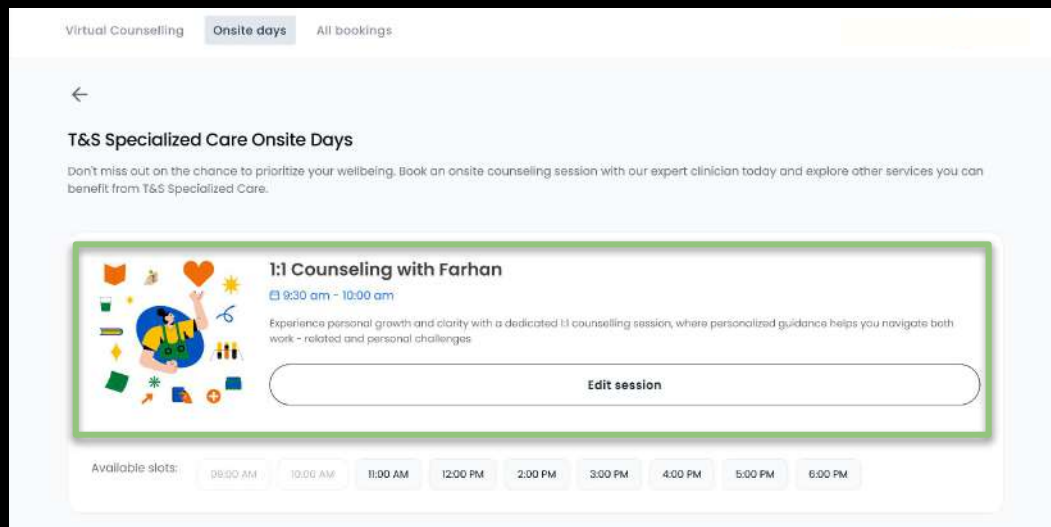
- セッションの予約が完了すると、予約確定を示すこのポップアップが表示されます
- その後、予約されたセッションの確認メールが届きます
- 確認メールには以下の情報が記載されています:
  - 専門カウンセラーの氏名
  - セッションの日付と時間
  - セッションの場所と部屋
  - マイクロサイトの予約ページのリンク



# オンサイト 1対1カウンセリング

セッションの予約変更またはキャンセル方法、すべてのセッション予約および満席セッションの確認方法

# セッションの予約変更およびキャンセル



- セッションが予約されると、カードのCTA(ボタン表記)が[Edit Session(セッションを編集)]に変更されます。[Edit Session(セッションを編集)]をクリックすると、予約変更(空き時間枠がある場合)やキャンセルが可能です



# セッションの予約変更およびキャンセル

The image shows a web interface for booking a session. The main form is titled "Book your spot" and includes the following sections:

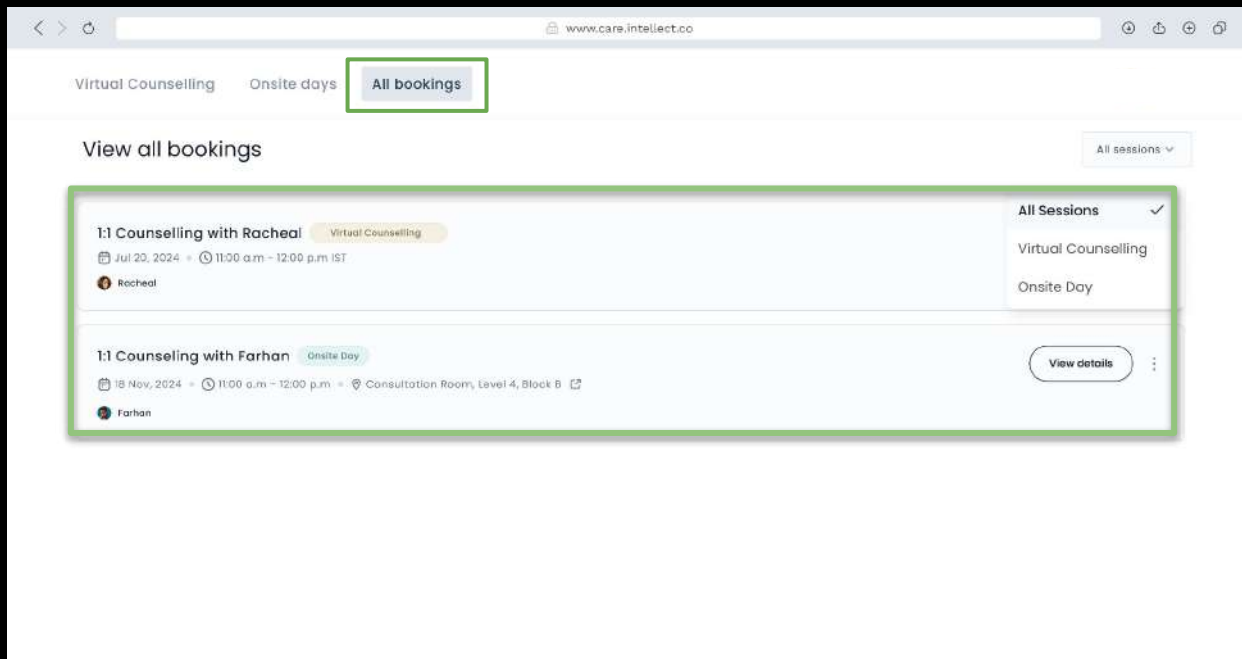
- Where & when:** Consultation Room, Level 4, Block B; December 13, 2024 | 5:30 pm ACT onwards.
- Phone number:** +81 8324823434. A note states: "We'll use this number for event updates. To change it, visit the 'Manage My Information' page."
- What would you like to talk about:** A text box containing "Nothing, I just saw the event."
- Select a slot for 1:1 counseling session:** A grid of time slots: 09:00 AM, 10:00 AM, 11:00 AM, 12:00 PM, 2:00 PM, 3:00 PM, 4:00 PM, 5:00 PM, 6:00 PM. The 11:00 AM slot is highlighted.
- Buttons:** "Reschedule session" and "Cancel".

Two confirmation popups are shown to the right of the form:

- Session rescheduled!** Upcoming session on: Tue, Jan 24 at 9:00am. Button: "Okay".
- We've cancelled your session with Farhan**. Button: "Okay".

- 必要に応じて、予約した時間枠の変更やキャンセルが可能です
- 予約変更は、同じオンサイト実施日に他の空き時間枠がある場合のみ可能です

# すべての予約を確認



- すべての予約は[All Bookings(すべての予約)]タブで、時系列順(最新のものが上)に確認できます
- 二つの種類の予約は、「Virtual Counselling (バーチャルカウンセリング)」と「Onsite Days (オンサイト実施日)」のタグで区別されます

# 満席の1対1オンサイトカウンセリングセッション

here'."/>

Virtual Counselling Onsite days All bookings

←

**T&S Specialized Care Onsite Days**

Don't miss out on the chance to prioritize your wellbeing. Book an onsite counselling session with our expert clinician today and explore other services you can benefit from T&S Specialized Care.

**1:1 Counselling with Farhan**

Experience personal growth and clarity with a dedicated 1:1 counselling session, where personalized guidance helps you navigate both work-related and personal challenges

**その他のサービスを探す**

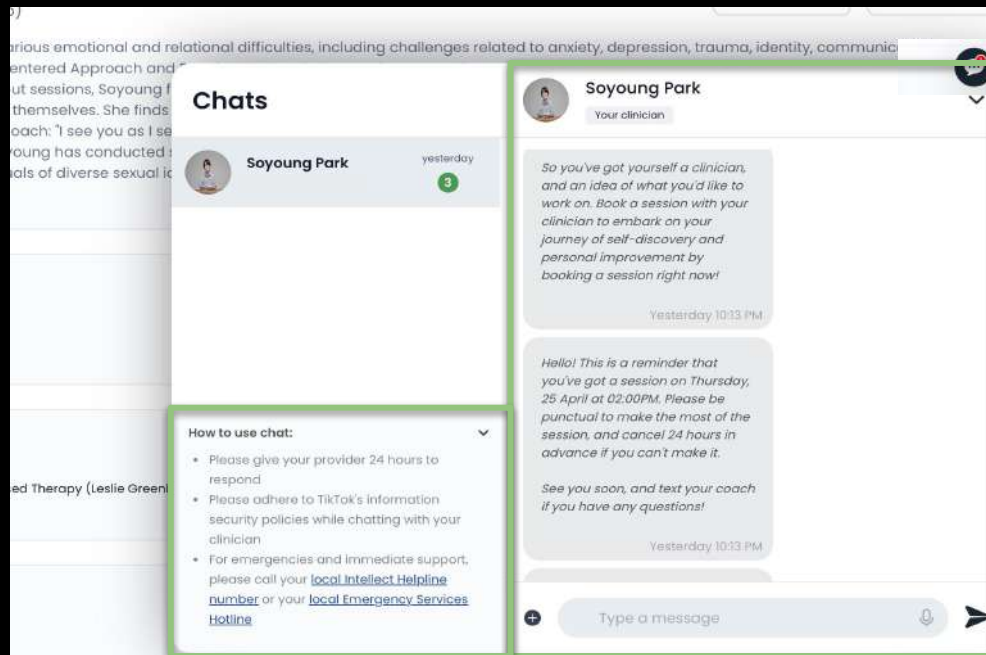
All slots are currently full. Please consider booking a virtual counselling session instead [here](#)

- もし1対1オンサイトカウンセリングに空き時間枠がない場合は、その旨が1対1カウンセリングカードの下部に表示されます。その場合でも、バーチャルカウンセリングセッションの予約は引き続き可能です
- または、RISEセッションやIntellectウェルビーイングセッションなど、その他のイベントにもご登録いただけます

# マイクロサイト チャットボット

# チャットボット

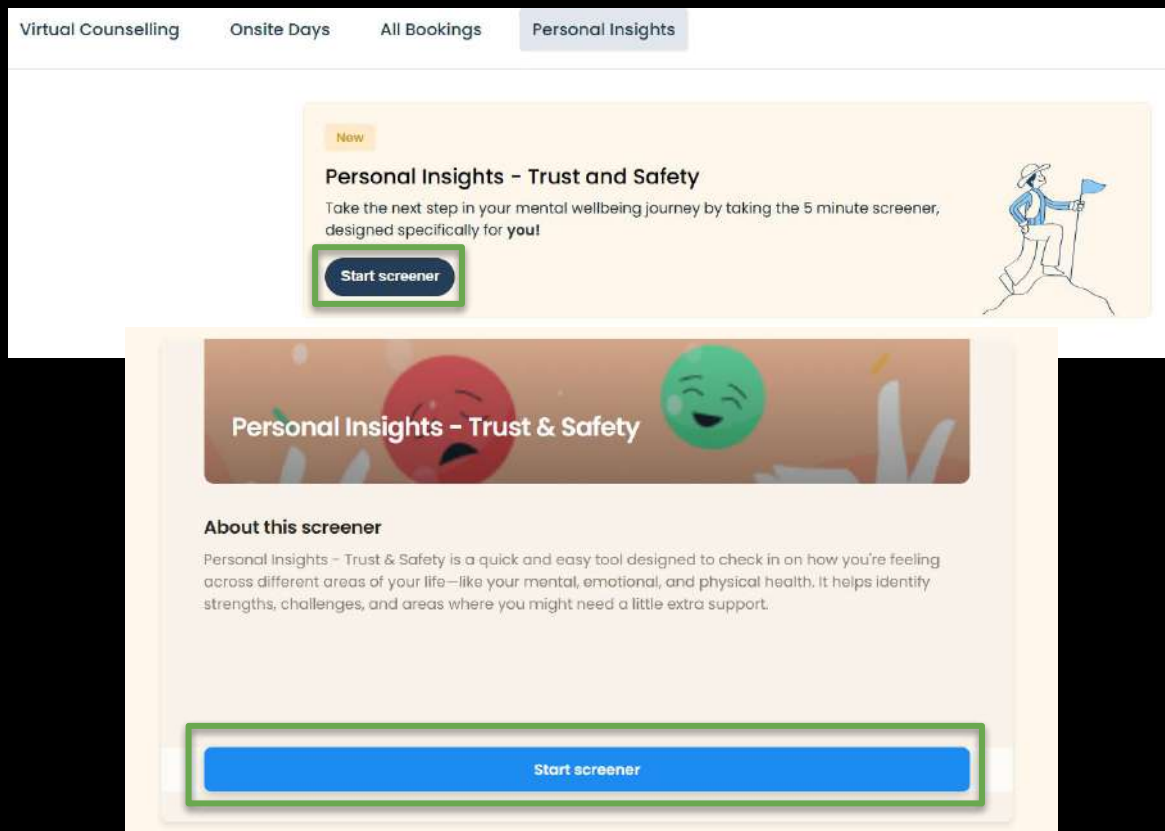
- マッチした専門カウンセラーとセッション前に連絡を取りたい場合は、ページ右下のチャットボックスからメッセージを送信できます
- チャットボックスは、専門カウンセラーとのセッションに関する連絡を目的としたものですので、その範囲でご利用ください
- チャットの利用ガイドラインについては、チャットボックス左側のパネルに記載されている免責事項をご確認ください



# ウェルビーイング診断 信頼と 安全

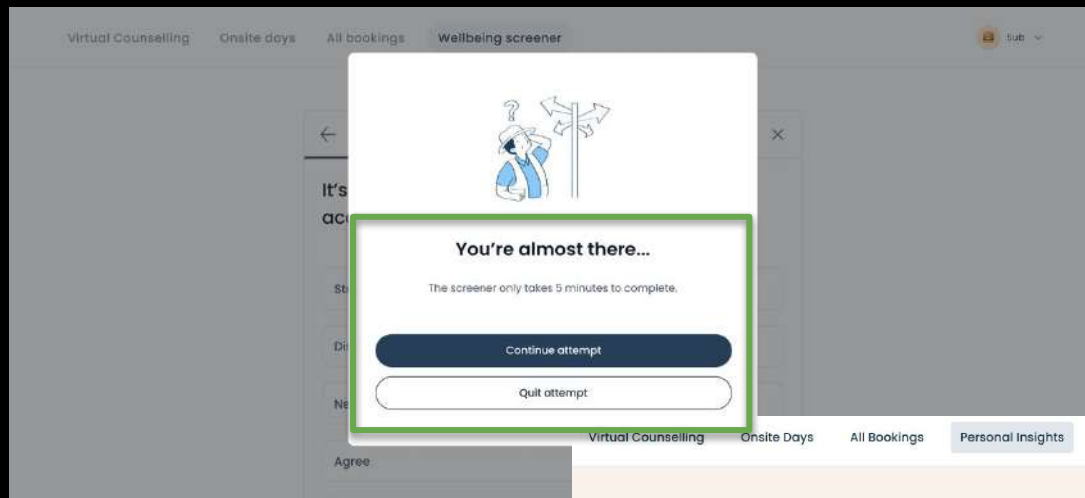
# ウェルビーイング診断 - スクリーナーの開始

- このスクリーナーを受けるには、「Personal Insights(ウェルビーイング診断)」タブに進み、[Start screener(スクリーナーを開始)]をクリックします
- 「ウェルビーイング診断」ページに移動したら、再度[Start screener(スクリーナーを開始)]をクリックします。すると別のリンクにリダイレクトされ、そこでアセスメントを受けることができます

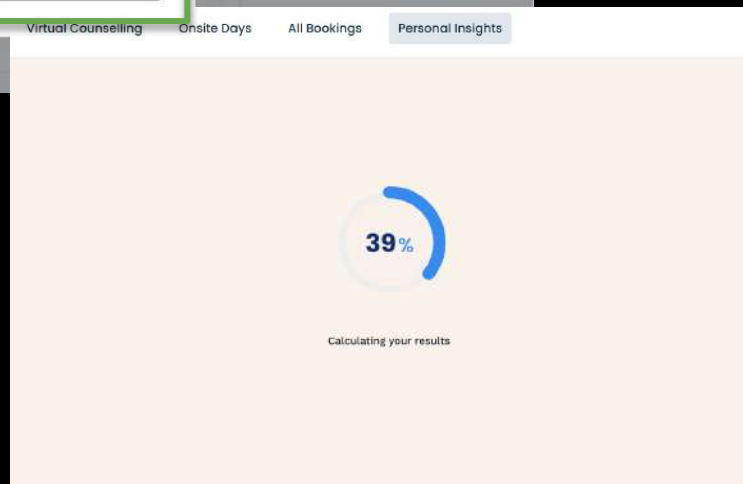


# ウェルビーイング診断 - スクリーナーの開始

- スクリーナーの途中で回答を中断した場合、途中までの回答は保存されませんので、最初からやり直す必要があります



- スクリーナーの完了後、すぐに結果を確認することができます





# ウェルビーイング診断 - 結果の確認

- あなたの結果は、3つの領域（心理的ウェルビーイング、従業員体験、心理的強み）において、それぞれ3段階のスコアで評価されます：
  - 高スコア：その領域で良好な状態ですが、深刻ではありません
  - 中スコア：期待より少し下回っていますが、深刻ではありません
  - 低スコア：状態が良くないため、支援が必要です
- 各領域の意味と、そのスコアがご自身にどのように関係するかを確認できます

Virtual Counselling   Onsite Days   All Bookings   **Personal Insights**

Improve your wellbeing by sharing these results with your clinician today. [Book now](#)

←

### Personal Insights - Trust and Safety Results

17 Dec 2023

#### Mental wellbeing

Your mental and emotional well-being at work, including stress, anxiety, and exhaustion

**High confidence**

**What does this score mean?**

Your well-being seems to be in a great place, with low levels of stress and anxiety. Keep nurturing your emotional wellbeing to stay balanced and build your resilience to adversity.

#### Employee experience

Your overall sense of fulfillment, stability, and balance at work

**Medium confidence**

**What does this score mean?**

While you're generally satisfied with your role, you may be facing challenges with job security, work-life balance, or team changes. You might also benefit from more resources or clarity. Consider speaking to one of Intellect's certified coaches, who can help you navigate these challenges and improve your work experience.

#### Psychological strength

Your sense of purpose and resilience in your work

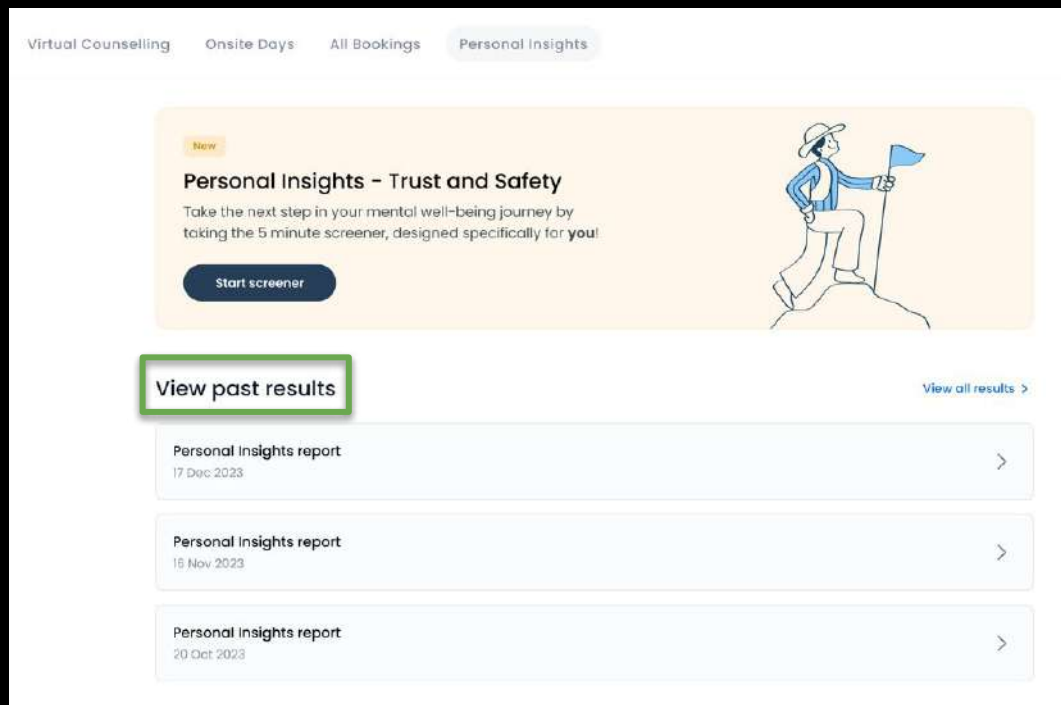
**Low confidence**

**What does this score mean?**

You seem to be facing challenges with finding meaning in your work or recovering from setbacks, which may be affecting your engagement at work. Consider exploring stress-management strategies and reconnecting with your purpose—these steps can help improve your engagement and well-being.

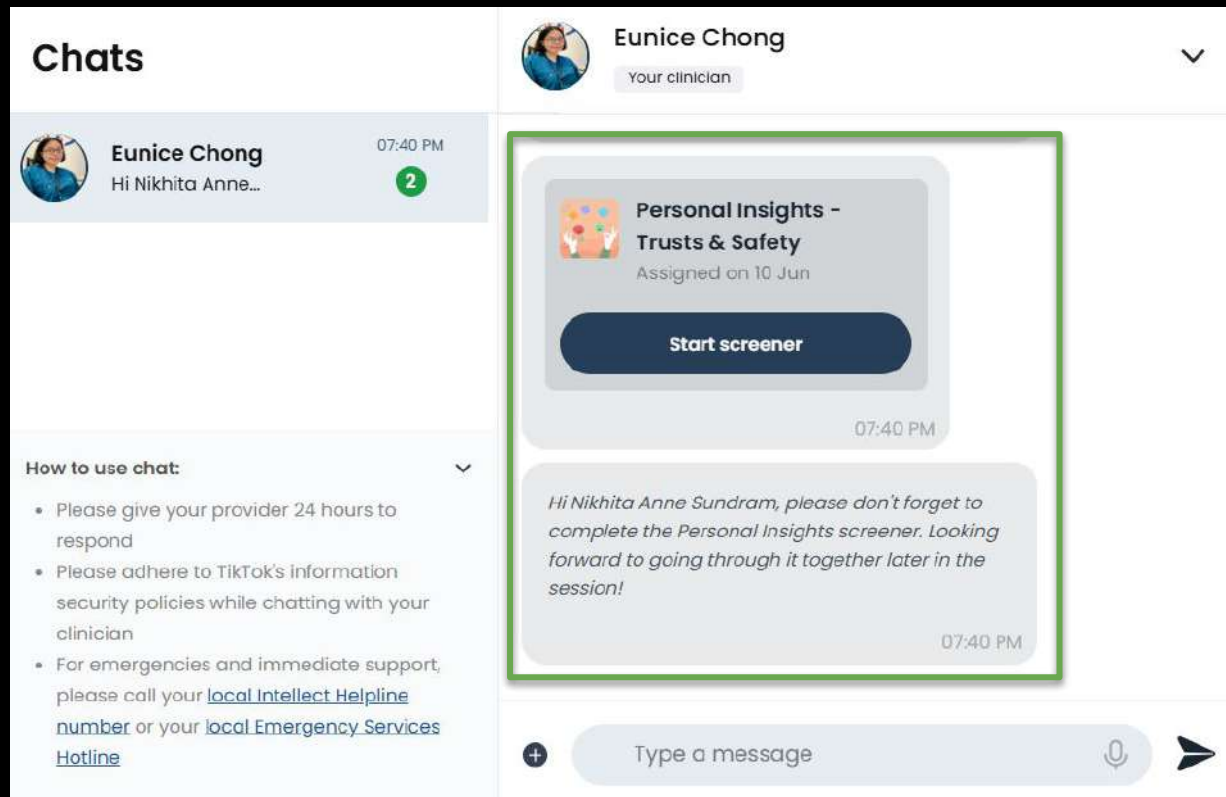
# ウェルビーイング診断 - 過去の結果の確認

- 過去のスクリーナー結果も閲覧可能です



# ウェルビーイング診断 - セッションの24時間前にチャットボックスを通じてリマインダー通知

- 予約したセッションの24時間前に、チャットボックスを通じてウェルビーイング診断スクリーナーの完了を促すリマインダーが届きます



# ウェルビーイング診断 - セッションの24時間前および1時間前にメールを通じてリマインダー通知

- また、予約したセッションの24時間前と1時間前に送信されるリマインダーメールでも、スクリーナーの完了を促されます

