

HALO, BAGAIMANA KABAR  
ANDA HARI INI?

# SEDANG BUTUH BERCERITA? ADAKAH MASALAH YANG TIDAK BISA DIATASI SENDIRI?

Kami di sini untuk mendengar dan membantu  
Anda. Anda tidak perlu menghadapi  
masalah Anda sendirian.

**KAMI MEMILIKI LAYANAN KONSELING TATAP MUKA  
DAN TELETHERAPY (ONLINE) DALAM BERBAGAI BAHASA.**

TELL memberikan layanan kesehatan mental berupa  
konseling dan asesmen psikologi oleh tenaga ahli  
profesional yang berlisensi untuk komunitas internasional di  
Jepang. Saat ini, tersedia layanan dalam bahasa Inggris,  
Jepang, Spanyol dan Indonesia.



## **Felicia Nainggolan (M.psi, Psikolog)**

Psikoterapis- Dewasa, Pasangan,  
Anak dan/atau Keluarga

Felicia merupakan lulusan sarjana Psikologi Universitas Padjadjaran dan magister Profesi Psikologi Klinis Dewasa dari Universitas Indonesia. Felicia membantu klien dengan berbagai permasalahan psikologis seperti masalah emosional(kecemasan, kemarahan, depresi), stres, gangguan kepribadian, masalah di tempat kerja, pengembangan karir, hubungan sosial dan masalah keluarga. Secara khusus, ia memiliki minat pada topik pengelolaan marah, career coaching dan masalah adaptasi (tinggal/belajar/bekerja di luar negeri).

Saat berpraktek di Indonesia, Felicia banyak membantu individu yang sedang menetap di luar Indonesia. Ia melihat bahwa permasalahan psikologis dapat terjadi atau bisa diperparah ketika individu tinggal di luar negeri. Terutama ketika mereka tidak bisa menceritakan masalahnya menggunakan bahasa utama yaitu bahasa Indonesia, atau tidak bisa berdiskusi dengan seseorang yang memiliki latar belakang budaya yang sama. Didorong oleh pengalaman pribadinya dalam menjalani kehidupan sebagai ekspatriat saat ini, Felicia berkeinginan untuk membantu orang-orang berbahasa Indonesia dan Melayu di Jepang yang memiliki masalah psikologis melalui konseling.

Pendekatan yang biasa digunakan dalam membantu klien adalah Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Acceptance Commitment Therapy (ACT).

### **Bagaimana Cara Mendaftarnya?**

Silahkan mengisi form berikut: [www.tell.com/counseling/appointment/](http://www.tell.com/counseling/appointment/). Jika Anda ingin mendapatkan layanan konseling dalam bahasa Indonesia, silahkan memberi keterangan bahwa ingin menjalani sesi dalam bahasa Indonesia. TELL juga menyediakan 'bantuan biaya' atau reduced fee untuk teman-teman Indonesia di Jepang sehingga Anda bisa mendapatkan layanan konseling dengan biaya yang terjangkau.