

=====

境界線ルール＆メッセージテンプレ集

Day4(配布日:2024/12/16)

=====

お名前: _____

作成日: _____年 _____月 _____日

■このシートの目的

- ・「ここまでできる／ここから先はできない」を文章化する
- ・クライアントを傷つけずに境界線を伝えるメッセージを準備する

PART1 私の基本ルール(たたき台)

【連絡手段】

- ・メインで使うツール:
- ・緊急時 or 事務連絡のみ使うツール(必要であれば):

【返信時間帯】

- ・平日: _____ 時～ _____ 時
- ・土日祝: (対応あり ／ 基本お休み)

・返信までの目安時間:

例)24 時間以内・48 時間以内 など →

【メッセージの頻度・ボリューム】

・講座料金に含まれるメッセージ相談の目安:

例)1 日 1 往復／週 3 往復 など →

・長文相談への方針(必要に応じて):

例)長文の場合はセッション内で扱います 等 →

【医療レベル・命に関わる相談への方針】

・

【追加料金・別メニューに切り替える基準】

・

PART2 クライアントに伝える「ルール文章」テンプレ

▼オンライン講座のサポートルール(例:必要に応じて書き換え)

「受講期間中のご相談は、原則として【ツール名】にてお受けします。

返信は、平日【時～時】の間で、【時間】以内を目安にお返事いたします。

日常のちょっとしたご質問は、【1日〇往復／週〇往復】を目安にお送りください。

深刻な体調不良や医療レベルのご相談については、専門機関のご利用をおすすめしています。

講座内容を大きく超える個別のご相談は、

必要に応じて『個人セッション(有料)』をご案内させていただきます。」

▼自分用に書き換えたバージョン(清書)

・

PART3 メッセージテンプレ(書き込み&アレンジ用)

1)ルールを新しく導入するとき

「いつもありがとうございます。

これまで個別のメッセージ相談に、できる限りお応えしてきましたが、
私自身がよりよい状態で講座・セッションを提供し続けるために、
この度、サポート体制と境界線のルールを整えることにしました。

具体的には、

- ・ご相談は【 】に統一すること
 - ・返信は【 】を目安にすること
 - ・講座内容を大きく超えるご相談は、個人セッションをご案内すること
- などです。

これは、クライアントさんの自立を守りながら、
私も無理なく長く関わらせていただくための大切な一歩だと感じています。
ご理解いただけたら、とても嬉しいです。」

2)「ここからは有料セッションです」と切り替えるとき

「とても大切なテーマなので、
無料のメッセージのやりとりだけでお答えするよりも、
1対1でじっくりお話ししたいなと感じました。

もしご希望でしたら、
この続きは【メニュー名】(【時間／料金】)で、
具体的な状況を伺いながら一緒に整理していきませんか？」

3)深夜・休日のメッセージへの返答

「夜遅いお時間に、勇気を出してメッセージくださってありがとうございます。

今回のご相談、とても大切なテーマだと感じています。

私の方では、自分自身の心身を整えたうえで、
【返信時間帯】の間に、落ち着いてお返事することを大切にしています。

ですので、改めて【翌営業日など】に、しっかりとお返事させてくださいね。」