



Socio-Energetic Training: SET(自我機能鍛錬プログラム)は、生きるうえで我々が生まれながらに保有する怒りや愛情といった心的エネルギーを覚醒し、身体を通して感じ、対人場面でそれらの心的エネルギーを円滑に運用するための心の機能(自我)を鍛え、育てるための訓練プログラムです。

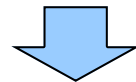
もっと元気なはずなのに、くすぶってる。
人の中でもっと自分らしくいたい。
普段とは違う自分を体験したい。
リーダーシップ力のベースを作りたい。
肝を据えたい！
自分の思いをすっきり相手に伝えたい。

➡ SETを体験してみよう！

訓練内容

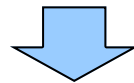
スクリプト ジョイニング

映画や小説などのスクリプトを役になりきって演じます。普段の自分では体験し難いエネルギーを身体全体で感じてみましょう。



スクリプト メイキング

与えられた場面をもとに自分なりのスクリプトを作成します。エネルギーを身体に感じつつ、対象との間に運び出す訓練になります。



フリースクリプト

自分自身で場面を設定し、自由にやり取りを作成します。「このエネルギーをもっとうまく運び出したい」感じたら、それを実現できるやりとりを作ってみましょう。

参考図書

- 『グループセラピーの現在』2009年、至文堂ーぎょうせい
- 『ダイナミック・コーチング 一人と組織の変革ー』2008年、PAS心理教育研究所出版部

トレーナー紹介



中村 有希
(女性創造性開発プロフェッショナル, 博士)



河崎 一郎
(青年期プロフェッショナル)



川村 良枝
(児童困難事例プロフェッショナル, 博士)



武野 顕吾
(横浜ベイスターズ契約サイコロジスト)

(撮影 吉富祐一)

PAS心理教育研究所 沿革

理事長 : 小谷 英文
所長 : 能 幸夫

1989年、前身の東京心理臨床システムズアプローチ研究所を開設。5年後の1994年、PAS心理教育研究所として開所し、現在に至る。

PAS心理教育研究所
一般プログラム 申込書

記入： 年 月 日

フリガナ 氏名	印	生 年 月 日	19 年 月 日 (歳)	男・女
現住所	〒 TEL () — 携帯 () —			
所属先	名称			
	所属・職種 (学年)	(勤務年数 年)		
	所在地	〒 TEL () —		
ご希望の プログラム				
参加動機	参加動機・期待・取り組みたいこと、など (なるべく具体的にお書きください)			
本プログラムはどのようにしてお知りになりましたか。 紹介(紹介者) / その他 ()				
本プログラムに申し込まれるきっかけは何ですか。 1. 自分から 2. 家族 () の勧めで 3. 知人 () の勧めで				
これまで心理相談、または類似の体験がありますか。 1. ある(受けたところ ; 期間) 2. ない				
連絡先/連絡方法に関する希望などがあればお書きください。				

PAS 心理教育研究所

〒153-0043 東京都目黒区東山2-5-19 ハイランドビル3F

Fax. 03-3791-1615 Tel. 03-3760-3631 (月曜日～金曜日 午後2時～6時)