

# 自分をもっと大きくする

## 夏プログラム

### 松江2007

**自**分をもっと磨きたいと思うことはありませんか。もっと行けるんじゃないかと。あるいは、「仕事の能率がどうも悪い」、「家族や友人との付き合いがうまくない」、「我慢することが多すぎる」、「自分の力を使い切っていない」、と思うことは。私たち心の専門家－臨床心理士、精神科医がチームで年一回行う、グローバル基準の集団精神療法を応用したプログラムに出てみませんか。

これまで15年間で千人以上の方が参加しました。芸術家、普通の主婦、普通のサラリーマン、普通の部長さん社長さん、高校生、大学生、大学院生、医師、教師、看護師、挙げるとキリがありませんが、老若男女です。

**目**的は、心の専門家と5、6人からなる小集団を作って何でも感じるままを話し、心の筋肉を動かし、心の奥行きと幅を広げ、心の働きの馬力と精度を上げ、ゆとりを拓けます。その感覚をすぐに試し形にするため、参加者自身が主体的に企画し、スタッフ共々活動する時間も持ちます。全員で話したり、コミュニティを作り、動かしてみたりすることもあります。スタッフは、皆さんが安心して安全に活動できるよう、お手伝いします。

**今**夏の会場は、国造りの神話の里、出雲の国、島根県の宍道湖畔の丘の上にあるサンレイク青少年の家です。ゆっくりと時間が流れる、森と湖に囲まれた場所で、自分の中の自分、人の中の自分、そして他者と付き合い切ってみる体験に、大切なあなたの時間とお金を投資してみませんか。

#### ◆日時

2007年8月26日(日)～29日(水)  
(正午集合、正午解散を予定しています)

#### ◆会場

島根県立青少年の家(サン・レイク)  
島根県出雲市小境町1991-2

#### ◆募集

- ①青年期グループ(18～27才)
- ②ヤングアダルトグループ(23～36才)
- ③多世代グループ(18才以上)

#### ◆参加費

社会人63,000円 学生47,250円

#### ◆お申込み

申込書に必要事項を記入し、当研究所まで郵送またはFaxでお送り下さい。

また、プログラムの個別説明をご希望の方もお気軽に電話にて事務局までお申込み下さい。

プログラムの性質上、精神科診療を受けていらっしゃる方はご参加いただけません。また、他機関でガイダンス、カウンセリングをお受けの方はご参加について事前にご相談下さい。

## プログラム構成

### ①アイデンティティ・グループ

いろいろな私を探し、私らしい私を感じ、これまでの私、今の私を大切にし、他者から見える私を生かすことです。

グループで出会う様々な人の中で、安心で、安全に、感じたことに言葉を当てていくことで、私たちのエネルギー、覇気、意地、怒り、そして優しさ、愛情が掘り出されていきます。専門家と協力しながら進めていきましょう。

### ②インタレスト・グループ

ここではアイデンティティ・グループから少し離れ、「参加者の、参加者による、参加者のための」活動を行うことを目的とします。参加者がそれぞれの興味関心に基づいて、スタッフ共々、集まった全員で作っていく時間です。

今年は、宍道湖面でのカヤックやヨット、6面の体育館での球技活動、出雲の自然の中でのハイキングなど、活動の幅が非常に広がり、関心を実現する可能性が広がりました。



### 【スタッフ】

小谷英文	スーパーバイザー 国際基督教大学教授
能 幸夫	PAS心理教育研究所所長 湘南病院相談室室長
西川昌弘	同 副所長 国際基督教大学准教授
橋本和典	同 臨床ディレクター 東京大学学生相談所
丹野ひろみ	精神科医 桜美林大学講師
中村有希	国際基督教大学高等臨床心理学研究所助手
髭香代子	文教大学学生相談室
大田陽茂	広島県立高校教諭
寒海幻蔵	国際力動的な心理療法研究会理事
川村良枝	PAS心理教育研究所セラピスト
松岡純子	PAS心理教育研究所事務局
	他 PAS心理教育研究所サイコセラピスト10名

