

実践型

【繋がる力】

育成グループプロセス

第3回目

動物・人間と繋がる

ノートの記録のシェア

- 奇跡
- シンクロ
- サイン
- インスピレーション
- 気づき
- ラッキーだったこと
- スピについて学んだこと（本など）
- 練習をしたことなど

◆ 他の方の発表を参考に
真似できそうなもの
取り入れられそうなもの

ペアワーク

お相手のメンターからのメッセージをもらう
自分のメンターにサポートをお願いする

メッセージをもらう側

「受け取る」と「保留」の練習

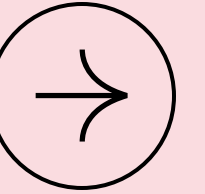
ハートの響き（変化）を感じる練習

しっくる来るものだけをハートの中に入
れるイメージ

その他は保留する。突っぱねない



潛在意識



ペアワーク 雰囲気を感じてみよう

お相手をまとっているエネルギーを感じて言語化

何かに例える

色

形

性格

温度

繋がるために必要なもの

感情移入 = 共感力を鍛える

太陽神経叢 = 第三チャクラ

ハートを柔らかくする 癒し

ストーリーの世界に没入

号泣 全ての感情



ペアワーク: 好きなものと嫌いなもの

食べ物

色

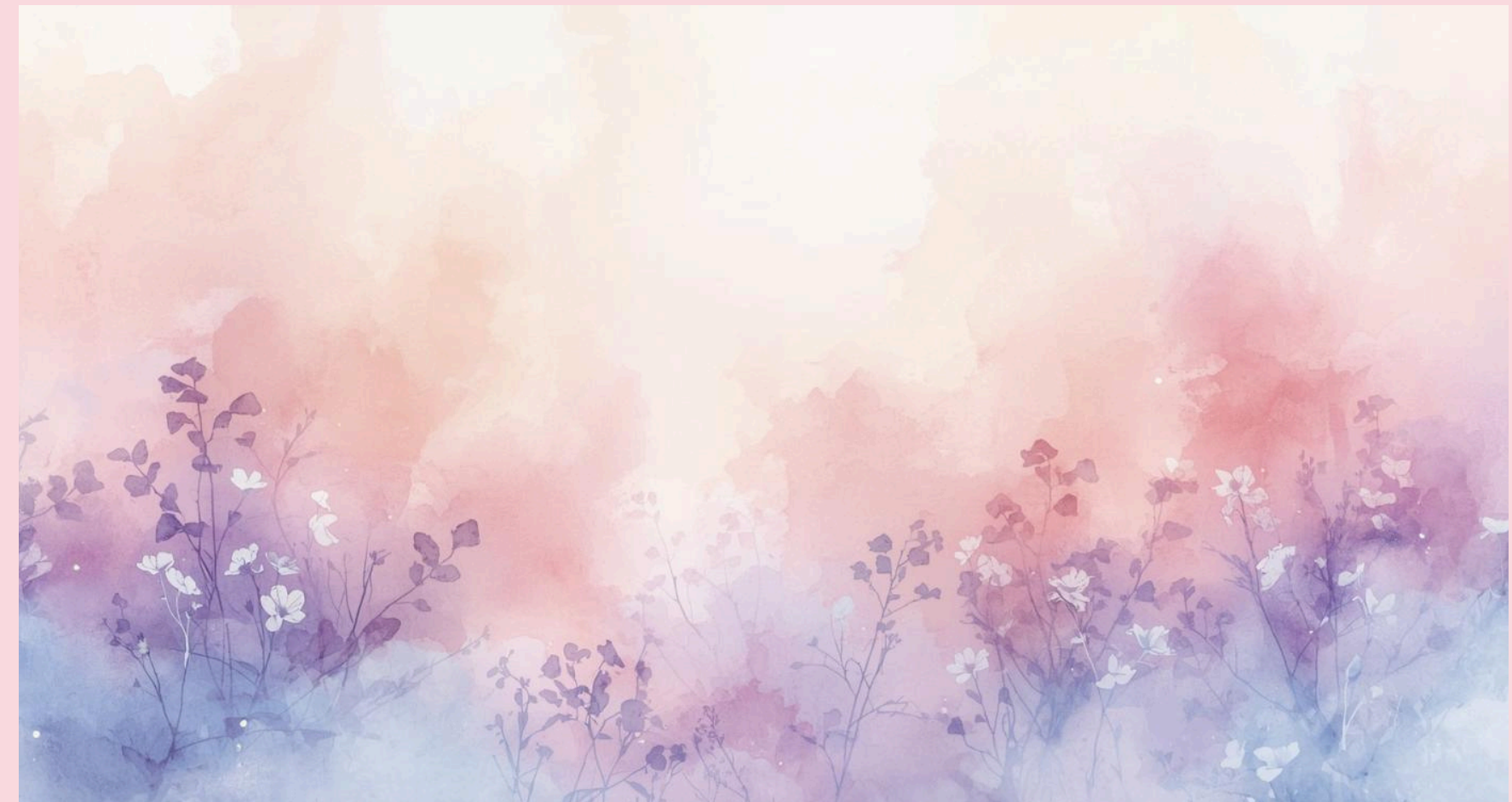
趣味

国

スポーツ

音楽

動物など



宿題

泣くまで帰れま10

小説、映画、ドラマ、漫画、アニメなど

今日やったワーク

人やペット相手に言語化

