

研修・講演会名	合同新入若手社員研修会	氏名	
---------	-------------	----	--

●今回、学習したこと、大切だと感じたことなど、テーマと具体的内容、そして置き換え実行できること

★1. テーマ（初心忘れるべからず）

内容：過去の経験から自然精神にたどりついてはいたはずなのに、いつの間にかそれを忘れ、自分が変わるということに気が付いていなかった。

置き換え→リーダー自然塾・塾訓の昭和、大学時代の経験を思い出す。

★2. テーマ（気持ち悪いは進化のサイン）

内容：プレゼン後、気持ち悪さは薄れたが、まだ残っていた。おそらくこれは覚悟を決めたから。自分が目を背けてきたところと向き合う覚悟を決めたからこそ、身体が拒否反応を起こしていたんだと思った。

置き換え→気持ち悪い、苦しいと思うことこそ逃げずに真剣に向き合う

★3. テーマ（楽しいは危険信号）

内容：自己開示シートに書いた通り、楽しいと感じている時は目的を見失っていることが多い。それは気持ち悪いとは真逆だと気づいた。楽しさにもいろいろあり、逃げて楽な方向に進んでの楽しさは違う。

置き換え→楽しいと感じた時は振り返ってみて、道中に気持ち悪さや苦しさがあつたか考える。

★4. テーマ（本気で自分が変わると信じ、自分の言葉で話すことで真に相手に伝わる）

内容：今回初めて、構成とかを考えずに、最後まで自分の中から出てくる「変わるんだ」という思いから出てくる言葉で話した。発表後本当に自分の思いが伝わったという実感があり、自然と涙が出てきた。

置き換え→何かにぶつかった時、本気で自分がこう変わると「言っちゃう！」「書いちゃう！」

★この研修の学び、今までの自分を振り返っての分析

自分はすぐに回りに流され、すぐに調子に乗ってしまうことと、いやなことから逃げてしまう、そしてすぐ軸がぶれてしまう。それらは自然精神を忘れていて、忘れてる自分に気が付いていないという気づき。

★この研修の学び、今後どんな自分になっていきたいのか

自分がどう変わり、進化していくか！が大切だと学んだ。

本気で、妥協せず、あきらめずに人と向き合う人になる。（人とは仲間と自分）

★3週間 で習慣化！評価＝◎出来た！○チャレンジした！△次こそは。原則：バディと日々3分間の反省M/T

曼荼羅実践テーマ	誠実に人と向き合う	月	火	水	木	金	土	日
具体的な実践内容： 朝の5ss活動で、担当分だけでなく+αの整理・整頓・清掃・をする。				01	02	03	04	05
		06	07	08	09	10	11	12
		13	14	15	16	17	18	19

実行期間：7月1日から7月19日まで

★実践の振り返りと更なる習慣化への決意

★バディ【スタート時の確認サイン： 】終了時の総括アドバイスは以下の通り