

## 【報告書】陽転思考 体験講座の開催

|       |  |
|-------|--|
| 日 時   | 2018年11月7日(水) 15:00~16:00<br>2018年11月8日(木) 15:00~16:00   |
| 場 所   | 株式会社五和(群馬県藤岡市)   |
| 参加人数  | 4名<br>3名(内1人は両日参加)   |
| 内 容   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 陽転思考とは</li> <li>● ポジティブシンキングとの違い</li> <li>● 私がなぜ陽転思考を伝えるのか</li> <li>● 陽転思考の基本(事実はひとつ、考え方はふたつ)</li> <li>● よかった探しの方法(財布をなくしてよかった)</li> <li>● ワーク「試合に負けてよかった」</li> <li>● ワーク「よかった探しにLet's Try」</li> <li>● ワーク「人生よかったカルタ(こども版)」</li> <li>● 陽転思考を定着するためのステップ</li> </ul>                                  |
| 開催の背景 | <p>社内研修として実施。</p> <p>個別に陽転思考について話していたことがあったが、一部の内容しか伝えていなかったため、ワークを通して体験する機会を設けた。</p> <p>また、今後の職業訓練のカリキュラムで陽転思考を加えるため、講座としてのフィードバックをもらうために開催した。</p>  |
| 参加者の声 | <ul style="list-style-type: none"> <li>☆ 何となく知っていたが、カルタなどを通して理解が深まった。</li> <li>☆ どちらかというマイナスイ思考だが、前向きに考えられそうに思えた。</li> <li>☆ 子供と一緒によかった探しをやってみたい。</li> <li>☆ 今までの経験から自分の考え方は陽転思考に近いものだと気が付いた。</li> <li>☆ カルタが楽しかった。</li> <li>☆ 職業訓練の中で伝えるには、とてもいい内容だと思う。</li> <li>☆ よかった探しがなかなか難しかった。</li> <li>☆ 参加者によって、なぜ伝えるかというエピソードは変えたほうがよい。</li> </ul> |
| 所 感   | <p>今までは部分的にしか話していなかったので、陽転思考について話ができる機会を設けられてよかった。</p> <p>普段から知っているメンバーなので、余計に緊張した。</p> <p>講座の流れがしっかり頭に入っていなかったので、回数を重ねていき、しっかり伝えられるようになりたいと思った。</p>   |