

【感想・気付き】

この度は第26期原田メソッド認定パートナー養成塾に参加させて頂きありがとうございました。

以前勤めていた児童向けサッカークラブの仲間から『メンタルトレーニングを取り入れたチーム作りをしたい』という話を聞き、原田メソッドを改めて学び直して広めていきたい！という想いで受講させて頂きました。

講義を聞いている時は全力で吸収して『必ずやる』と誓うのですが、途中何度も悪い癖の『気移り』『先延ばし』で学びが止まってしまいました。しかし、原田先生、川阪コーチ、福田コーチ、スタッフの皆様のおかげで課題提出まで漕ぎ着けました。ありがとうございます。

特に、あれやこれやとやりたい事があり過ぎて頭の中が散らかったままだったのが、目標を目の前の1点に絞る事でやるべき事ははっきりとして原田メソッドを学ぶ事に集中できるようになりました。

挫折を繰り返してようやく継続できるようになった日誌は日が経つにつれてタイムスケジュールがより細かく予測できるようになってきて、準備の精度が上がってきています。また、日々の振り返りで自然と改善策が見えてきて目標に近づいている実感もあります。今後も自分自身をコーチングする意識で理想の一日を目指しながら続けていきます。

行動計画については、これまで単に期日を切ってやることを探していたのですが、オープンウィンド64に時間をかけることでやったほうが良いことが増えてきて、64マス眺める度に『これもやろう！』と加筆修正できています。また期日行動とルーティンを入れ替えて、『7月末迄に課題提出』を『日々課題提出に向けて取り組む』に変えたところ、遅れはしたものの提出する事に繋がりました。今後も上手いかな行動計画は入れ替えて試行錯誤しながら取り組ませて頂きます。

今回の学びの中での大きな気付きは、私自身の行動は『誰かの為』に強く動かされているという事です。

これはマスターコースの担当に就いてくれています福田コーチから強みと指摘された部分で、これを意識し始めてから日誌もルーティンチェックも続く様になり、朝刊のクレド視聴も日課となり大きな変化を実感しています。

4観点の他者無形を大きな原動力として学び続けていきます。今後ともよろしく願いいたします。