

この度、原田メソッド認定パートナー養成塾受講に当たって、正直「なんで私なの？人選ミスでしょ」と思ったくらいでした。今もその気持ちは多少なりありますが(笑)

私は、剣道修行のため中学校から親元を離れ、高校・大学とまさに剣道三昧の人生を歩んできました。受講の際にもよく「昭和」という言葉・話が出てきましたが、まさしくその「昭和 교육」受けて、そこそこの実績を上げながら、ここまで来た人間の一人です。

大阪府警察での業務内容は、強い警察官の育成・術科技能の研究と指導等、特殊な業務であります。

高校・大学・警察社会に入って、人一倍、努力行動し少なからずですが「自負心」みたいなものがありました。その相も変わらず精神があったことで、楽を生み、前に進めていない現状維持のままの自分が存在していました。

しかし、この講義からたった2ヶ月で自分磨きが本当にできるようになり、『主体変容』この言葉の意味が理解され行動に現されている。

“俺って凄いな～、やればできる男なんだな～！”

と自己肯定感までも高めることができました。

主体変容、変わらなければならないと思いきらされたのが、「ルーティンチェック表」です。上から順番に「N・F」のルーティンチェックをしていくと「N」ばかり。そこで原田先生が言われたことは「N 優位の方は成功・成長は難しい」と、

“う～ん俺のことだ！当たってる！ずーと何年も変化していない！これはやばい”

考えてみれば、先の目標が決まってもその間の取り組む計画が抽象的すぎて、そこから甘えを生んで全く進歩していないことに気付かされました。

現在私は、大阪府警の剣道本部特練という特殊な部隊の監督に従事しています。(現在はコロナ関係で活動が中断中) この特練員の中で、選手・選手外、私も含めて明らかな違いは『自己肯定感』の有無に大きく関係しているように感じました。

私は30～40代前半に駆けて、全日本選手権や世界選手権大会に出場してきましたが、結果は入賞止まり！第三者からよく言われるのが

“すごいやん！あと少しだったな！十分よくやった！ここまで来るのが凄いこと！”

と労いの言葉で、その時は満足感も多少なりあったんだと思います。今、その時の心境・記憶を辿ってみると

- ・ここで思い切って負けたら仕方がない
- ・この俺がここまで上がってきたのだから十分だ

・この選手にこれだけの試合展開をしたのだから  
と、自分の意思の弱さやネガティブ思考（部分的否定）が先行してしまい、当然そこまでの結果で、それ以上の結果が生まれることはありませんでした。

剣道本部特練員の選手外においても、同じことが言える、

- ・私は、選手じゃないから
- ・先輩が引退すれば次は私だ
- ・一人で物事を起こすのは恥ずかしい、怖い

と、これが逆に、もっとポジティブ思考（まだいける、もっともっと等）であったら結果は違ったであろう。

大阪府警剣道部には、全日本・世界チャンピオンという凄い人物が隣を覗けば存在している。その人物達の言動（大会前・大会中・大会後）をも見てみると、

「セルフコントロール」

「セルフマネジメント」

「セルフアセスメント」

「セルフエスティーム」

といった自己能力の強さが窺える。（2ヶ月の学びでこの大切さは身をもって実行しなくてはならないと感じました！）

そんな中、結果が付いてこなくても、自分で考え行動を起こし全力で継続した結果、そのプロセスに当たっての自分に与える満足感・ワクワク感は、必ず次への行動ステップに活かされ自己肯定感が高まっているに違いありません。

最後に、警察人生の中で類を見ない教育を2ヶ月という短い時間でしたが、受講できましたこと人生折り返し地点で良い経験ができました。併せて、多くの気付きもいただきました。退職までラスト10年、過去を全肯定し未来をポジティブシンキングで楽しく笑顔で明るいマイライフにします。本当に2ヶ月間お世話になり、ありがとうございました。

以 上