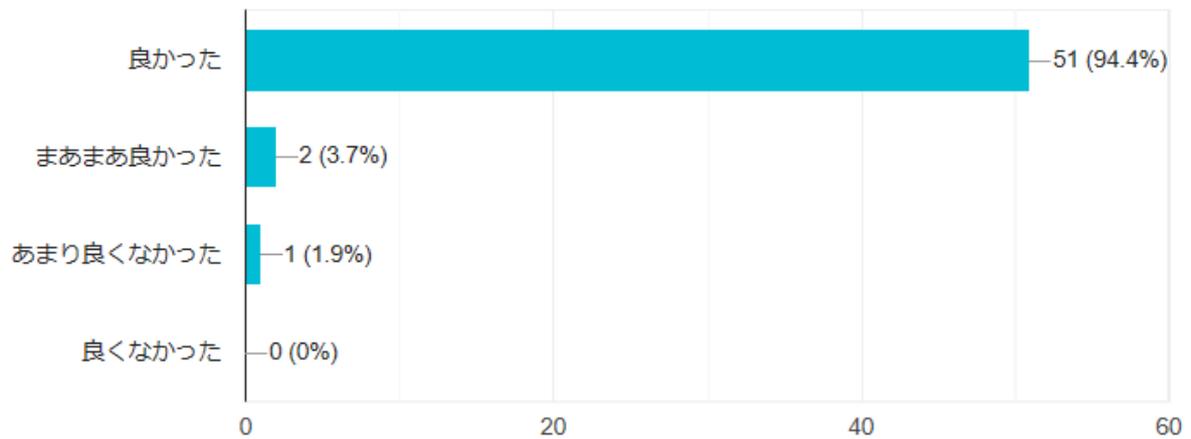


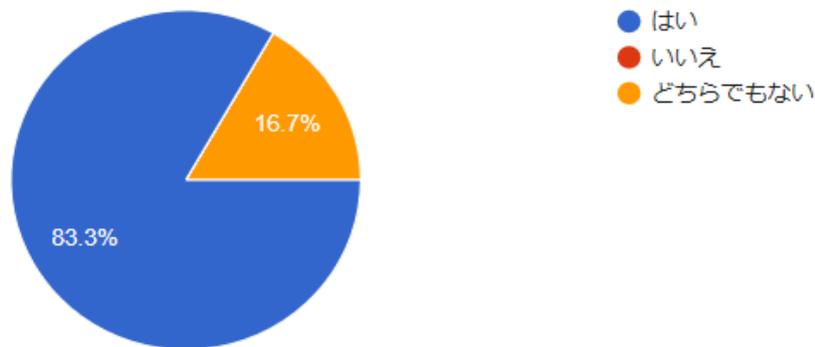
1. セミナーに参加していかがでしたか？

54件の回答



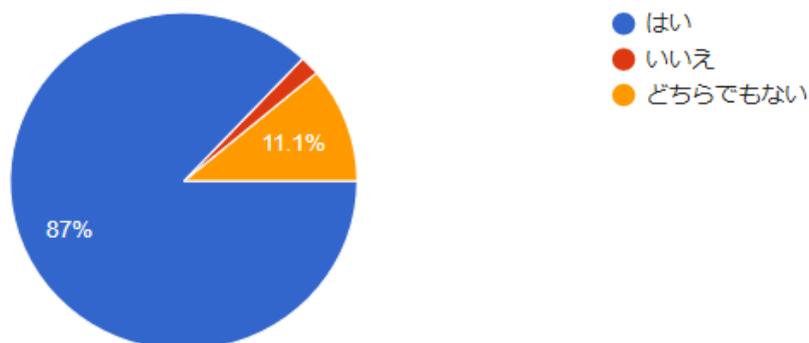
2. セミナーに参加する前より自分を肯定できるようになったと思いますか？

54件の回答



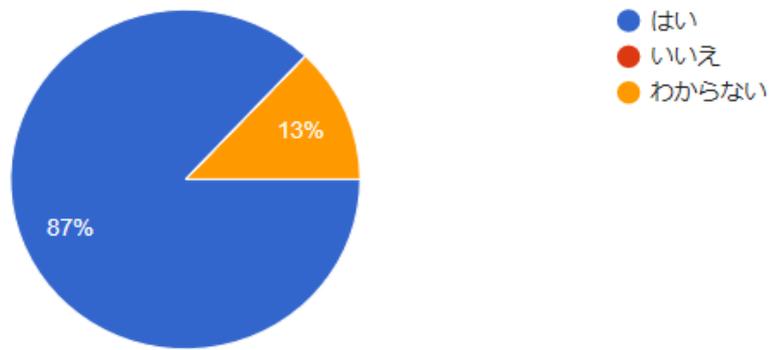
3. セミナーに参加する前より他者を肯定できるようになったと思いますか？

54件の回答



4. 今回のセミナーの内容は、職場や家庭などで活用できそうですか

54件の回答



今回のセミナーの感想、及び、ご意見などがあれば、ご自由にお書きください。

このような機会が今こそ必要だと感じ、すぐに実行されたことを素晴らしいと思いました。医療従事者としての自分も家庭での自分も、ちゃんとやらなきゃ上手にやらなきゃ、不満を言うてはいけないって、こんな時期だから余計に感じていたように思います。がんばってる自分も褒めたいし、無駄だったのかもしれないって思っていた時間も有意義な時間だったととられるようになりました。ありがとうございました。

毎日色々なことがあり、その都度自分の感情と状況に折り合いをつけて働いていますが、解消しきれないものが溜まり、自分にも人にも優しくなれないことで、また気持ちがモヤモヤする。そんな繰り返しの中で、それも含めて自分を肯定的に受け入れて良いのだと、誰かに言ってもらえることがこんなに気持ちを楽にするのだとあらためて感じました。

人が生きること、死ぬことに寄り添う仕事、また、その仕事をする人を支える管理者が、自分を丸ごと受け入れることで、他者も受け入れるスペースが出来るのだと、頭ではなく実感として気づくことが出来ました。

ありがとうございました。

素晴らしい時間でした。参加して本当に良かったです。参加者の皆さんのお顔がどんどん笑顔になり、パワーがみなぎってくるのがわかりました。

大変有意義な時間でした。2部構成もよかったですと思います。途中の休憩タイムもうれしかったです。プロのコーチングに触れて、柔らかな語りの中で、自分を没入してキャリアのタイムスリップができたように感じ、自己肯定、他者承認のためにもコーチングを受けたいなと思いました。終了後は、デトックスされたかのように清々しかったです。

勝原さんの進行や、全体での共有の方法、とても参考になりました。レクチャーの時に、ミュートになっていない方（事務局の方は仕方ないですかね）がいると、結構音を拾うことも、経験しました。チャットに記載されたことを、メンバーの方が、タイムリーに読まれて、勝原さんとの息もあっていて、参加していて気持ち良かったです。お疲れ様でした。

少ない時間で当時の感情を思い起こさせ、心をゆさぶり、改めて前を向くように背中を押してもらえるセミナーでした。負の感情に支配されやすいことを自覚して、意識的にこのような時間を作ることが必要であると思ってます。

ありがとうございました。

なぜ相手はわかってくれないのだろうと、悩むことの多い日々ですが、相手の立場にたってじっくり考えることをしてみると相手の行動や心理も見えてきたように思います。自分が変われば相手も変わると信じてやっています。ありがとうございました。Web研修で、勝原先生が身近に感じられ感激したのと、GWも近しく感じながらもしゃべっていいんだという安心感とで大変話しやすかったです。

タイムリーなテーマについてセミナーの開催企画、ご準備いただきありがとうございました。

セミナーがWebで開催されることで、世界が広がると感じました。

オンラインであっても、安全安心に語ることでできる場であることを実感でき、参加してよかったです。同じ所属、組織内では、話しにくいことを、ありのまま話すことができ、自己肯定できました。ありがとうございました。

企画等ありがとうございました。自己・他者承認が今だからこそ大切なんだと身を持って知りました。またWEBセミナーははじめてでしたが、グループで話す際はWEBの方が安心出来ることもあるかもと考えさせられました。音声や映像に問題なければ意図的にWEBで行うセミナーもおもしろいかもです。

山之上さんとグループセッションで話せたのがとてもよかった

私のコロナ患者さんとの関わりについて話したとき、グループの方が涙され、私はすごい経験、体験をしたのだなと思いました。もっともっと話したいことがありました。コロナの患者さんとの関わり、体験を話せると、心が楽になります。ほんとうに、今まで体験したことのない苦しい経験の連続でしたが、話ながら、私が大切にしたいこととか、出てきた感じでした。

後半の看護師になったきっかけを思い出したり、苦しかったことを思い出したりしたことで、頑張ってきたなあと思えました。

今回の企画をして頂き有難うございました。私にとって初めてのオンラインセミナーでしたがグループワークもできて有意義な時間でした。オンラインでしたら遠距離の方も参加でき沢山の参加者とグループワークが出来て良かったです。

自分のネガティブな感情を言葉にするのは勇気がいる事でしたが、聞いてもらえたことで自分一人だけの思いではないんだと思えたことで少し気持ちが楽になりました。また、他者の思いを聞かせてもらうことで、皆それぞれに頑張っているんだとわかり、自分も頑張ろうと思いました。自分にも周りにもOKを出すことで、温かい気持ちを感じることができました。

ズームでのセミナーは初めてでしたが、意外と出来たのと、移動がなく、幅広い地区の人と近い存在で語り合うことができることを実感できました。自己肯定感の低い自分、日本人が多いけれど、肯定する思考を持つことは大きなことでなくていいので、素直にできてるやんって思うようにしていきたい。また他者肯定、承認はしていても少し無理してしているのか疲れてしまいます。これが自然に心からできるようになるのが課題かと思いました。自分のチャットで答えたことを勝原先生が肯定してくださったことも嬉しく思いました。

心理的安全性の確保を管理者が表明し、実際にモデル行動をとることで、参加者に安心感が生まれ、自由な雰囲気の中でパフォーマンスができることを身をもって学ばせていただきました。とても良い経験をさせていただきました。ありがとうございます。

自分を肯定でき、様々な立場で励むヘルスワーカーの方々とお話することができ、本当に素晴らしい機会でした。ありがとうございました！

自身のストレスに気が付くことができたこと、話を参加した皆さんと共有できたことで、日々の業務に対しても、自分にたいしても気持ちにゆとりが持てるようになった

短い時間でしたが、いろいろな立場の方おられて少しだけお話できて良かったです。

チャット機能のみをみただけで、会場に行かずとも楽しく盛り上げられました。

自分軸ということばが印象に残りました。ふとつらいとき、いっぱいいっぱいの時などに思い出して、自分を肯定的に意味づけたいと思います。

リモートで、沖縄、岡山、地元神戸の方とグループワークでき、それぞれの様子が聞けて、楽しかったです。リモートでも、話していると自分の本心が出せて、心が震えるのが自分でも分かりました。

オンラインセミナーは、初めての経験でしたので、最初は緊張と不安でいっぱいでしたが、時間とともに緊張がほぐれ、気持ちにも余裕ができて、素直な気持ちで受けることができました。自分自身をさらけ出して、肯定するということが新たな自分を知るきっかけとなりました。よい機会を頂きありがとうございました。

た。欲を言うともう少し時間があればなおよかったです。

自分とむきあい、キャリアを選択した自分と今の生き方は、それにとそっていることを確認した。

とても楽しく参加できました。またぜひお願いいたします！

今この状況だから必要なセミナーだったと思います。参加して良かったです。ありがとうございました。

グループトークの時間が短く、次回は改善してほしい。本セミナーの継続を希望します。

自分のキャリアを振り返り、職業人としての自分を認め、さらに明日への活力が生まれるようなセミナーでした。参加して良かったです。

2時間30分は、少し短かったです。

医療者が自己のキャリアについて個人個人で見つめなおす機会を持ち、お互いに現状を共有し合えるような企画はとても貴重だと思いました。このような学会が発展することが楽しみです。勝原さんの人に対する姿勢について、とても学びになります。オンライン上で今まで面識がない方とつながる機会があることも有意義な経験でした。

この4月から新たな部署の管理者になり、スタッフの家族がコロナ肺炎で亡くなったり、濃厚接触者に対する職場内での混乱（敵意に近い）など、向き合う課題が多くて大きいものばかりでした。白衣を着ている間は何とか保つことが出来ても、家に帰る途中から涙が止まらず自分自身と冷静に向き合うことが出来ませんでした。最近はやっと落ち着いてきたところでしたが、折り合いをつけることはできていませんでした。今回、勝原会長の講演や山之上先生のサポートで内省でき、他者の気持ちになってみることで、見ないようにしていた感情と向き合い、前に進めそうな気持ちになれました。

3→8 結構上がりました
職場でも前向きです！

グループワークではお互い短い時間の中、核心にふれるような濃い話ができたと感じました。

ZOOMでもできるとおもった。時間がみじかかったかな。コーチングの導入したあとに勝原さんが3時間コースでくみたてたほうがよかった

自分の心の声に耳を傾ける、ありのままの自分を受け止める機会になりました。職場外の人たちだから開示できたのでしょうか...職場内のひとたちと同じワークをしたら自分はどうのようにふるまうのだろうか？違う自分が出てくるのだろうか？とふと思いました。メンタルコーチについてのことないのですが、とても興味がわきました。

家でリモートでの参加はやりにくかった（家族がそばで聞いている）

短時間でのセッション、グルーピングでの話し合いなど、オンラインならではというより、このぐらいの時間でのセミナーは参加しやすく、時間管理の訓練になりました。

初めてお会いする方に画面でお話しするのが、難しくグループトークがスムーズにいかなかったのが残念です。でも、自分がモヤモヤしていたことに気づくいい機会になりました。ありがとうございました。

不手際でなかなかミュートを見つけられずに参加が遅くなりご迷惑をおかけしました。初めから参加できていたらよかった～！！と思えました。反省です。

ワークは、自己紹介が入ると時間が不足します。少しだけ、所属と役割ぐらいが分かると相手のことを思いながら会話ができるように思いました。

自分自身の考えを短い時間ながら、肯定的に聴いてくださり、気持ちよくセミナーに参加できました。もう少し話せる時間があれば良かったかと思います。初めてオンラインセミナーに参加させて頂きましたが、遠方の方々とも身近に話すことが出来て良かったです。

このようなセミナーをこれからも開催していただきたいと思います。企画・運営に関わられた方皆様に感謝いたします。

学会の趣旨や活動には興味がありますが、もう少ししっかりセミナーなどに参加してから学会員になるかは検討したいです。有料でもまたワークショップやセミナーへ参加させていただきたいです。

定期的にZoomで開催してほしいです。

私は、看護師として何を大切にしたいのか、人生の何を達成したいのか？2年前にコーチングを学びはじめから、問い続けていますが、まだ答え(軸)は、見つかっていません。最近、やっとマイコーチをつけたので、そういうこともわかってくるのかなと思いながら、この学会が目指しているものと、私が考えていたことがかぶり、こういう事を考える学会があったのか(できたのか)と思いました。

看護の大先輩と、ざっくばらんに、看護について語り合える場がほしいです。経験をお聞きしたいです。

とてもよい機会をいただき、ありがとうございました。今後とも、よろしくお願い致します。

これからも学会に参加させて頂くのが楽しみです。