

## ニューA I A(Adventures In Attitudes)・心のアドベンチャー研修開催要項

- 1.開催日 前半：令和6年6月6日(木)～7日(金)  
後半：令和6年6月13日(木) 全3日間
- 2.会場 本荘由利産学共同研究センター 2階研修室
- 3.主催 公益財団法人本荘由利産学振興財団
- 4.講師 グループ・ダイナミックス研究所 公認コーディネーター 高橋久夫
- 5.研修目的 この研修は、講師が参加者に「教える」という方法をとらず、参加者自身が自ら学んでいくようにプログラムされています。グループディスカッションを中心に参加者ひとりひとりが自分の考えを出し、これからの人生に役立てるアイデアや自分の長所・強みを発見していく場です。70のプロジェクトには、時間内にこなせないほど多くの設問があります。グループも何回も変わり、様々なメンバーの意見や考え方を習得でき、日常とは異なったディスカッションの繰り返しのなかからこれまでに見えなかった相手の良さや、自分の心の変容が自然に吸収されます。そして、心の変容・変革そして積極的な考え方の方向への動機づけを目的としています。

### 6.日程内容

日 時	研修単元内容
1日目 8:40～17:40	オリエンテーション/自己紹介 ユニット1 コミュニケーションの技術 ユニット2 コミュニケーションの問題点-1 ユニット3 コミュニケーションの問題点-2 ユニット4 自己理解 ユニット5 自己評価 ユニット6 自己イメージ ユニット7 未来思考 ユニット8 自信 ユニット9 自己発見
2日目 8:40～17:20	ユニット10 感情の自覚 ユニット11 心の障害物 ユニット12 人間理解の方法 ユニット13 人間関係-1 ユニット14 人間関係-2 ユニット15 魅力的なパーソナリティ ユニット16 人間関係の改善法 ユニット17 問題解決の技術 ユニット18 パーソナリティ分析
3日目 8:40～17:00	ユニット19 リーダーシップ ユニット20 説得力 ユニット21 自己責任 ユニット22 心構えの再点検 ユニット23 やる気の秘密 ユニット24 未来設計 ユニット25 人生目標と志 ユニット26 新しい人生への旅立ち まとめ・感想・意見交換

(裏面に続く)

7.定 員 8名

8.参加費用 1名 18,000円 (テキスト、昼食代含む)  
・現金でお支払いの場合は、当日受付の際にお支払い願います。  
・銀行振込の場合は請求書を発行いたしますので、後日指定口座にお振込下さい。

9.申込方法 別紙研修参加申込書に必要事項をご記入のうえ、FAX 又は E メールでお申込みください。

FAX : 0184-23-7460

E-mail:info@hy-sangaku.or.jp

10.申込締切 令和6年5月22日(水)

«定員になり次第締め切らせていただきます »

11.問い合わせ先 〒015-0051  
由利本荘市川口字大覚 182 番地  
公益財団法人本荘由利産学振興財団  
(本荘由利産学共同研究センター内)  
担当：熊 谷  
E-mail:info@hy-sangaku.or.jp  
TEL 0184-22-3488  
FAX 0184-23-7460

\* 本荘由利産学共同研究センターホームページお知らせにも研修案内を掲載しております。

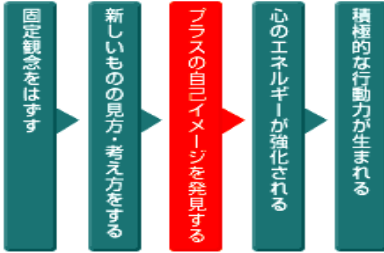
<https://www.hy-sangaku.or.jp>

# ●●●AIA(Adventures In Attitudes)・心のアドベンチャー研修●●●

## AIA・心のアドベンチャーとは

AIAは、Adventures In Attitudesの略で”心構え変革への冒険”又は”心の冒険”とか”心のアドベンチャー”と訳しています。これは、もう一人の新しい自分を発見するための心の冒険旅行です。私たちはふだん気づかない間に、ある一定の既成概念で物事を考え、自分や周りの人々に消極的な判断や評価を下してしまふことがあります。このことに気づいて既成概念を打ち破り、積極的に明るく心豊かな考えを身につけ、それを行動に移すこと。それを”心のアドベンチャー”と呼んでいます。

## AIAによる心の変化のプロセス



## AIA・心のアドベンチャーで期待される主な効果

- ① 人生の目標や目的、夢や志を明らかにする
- ② 人間関係の改善法を学ぶ
- ③ 勇気が湧き、魅力的な人間になる
- ④ ピンチをチャンスに変える志を持つ
- ⑤ 家族の人間関係の改善にも応用出来る

## グループディスカッション形式の研修

この研修は、講師が参加者に「教える」という方法をとらず、参加者自身が自ら学んでいくようにプログラムされています。グループディスカッションを中心に参加者ひとりひとりが自分の考えを出し、これからの人生に役立てるアイデアや自分の長所・強みを発見していく場です。

AIAは、全体的に自分の人生をどのように生きて行くか、ディスカッションによる相互啓発によって、じっくり考えて問い直す事に主眼を置いています。70のプロジェクトには、時間内にこなせないほど多くの設問があります。グループも何回も変わり、様々なメンバーの意見や考え方を習得でき、日常とは異なったディスカッションの繰り返しの中からこれまでに見えなかった相手の良さや、自分の心の変容が自然に吸収されます。そして、心の変容・変革そして積極的な考え方の方向への動機づけを目的としています。

## このコースは有意義だった？

非常に有意義・・・4人  
 かなり有意義・・・5人  
 まあまあ・・・3人  
 あまり意味なし・・・0人  
 全く意味なし・・・0人

## 今後あなたの仕事や日常生活で活かせるか？

大いに活かせる・・・4人  
 かなり活かせる・・・6人  
 まあまあ・・・2人  
 あまり活かせない・・・0人  
 殆ど活かせない・・・0人



## この研修で得たことは？

- ・消極的な考えをやめ積極的な考えに持っていくことで、自分の伸び代がある事が分かった。
- ・自分自身を見つめ直すことが出来た。又、コミュニケーションの大切さを学んだ。
- ・一人ひとり思っていることが違うということを改めて感じた。コミュニケーションを取らないと、どんなことも上手くいかないと思った。
- ・失敗を恐れずチャレンジする事の大切さ。聴くこと。
- ・自分の長所や強みを新たに発見することが出来た。

## どう応用し活用したいですか？

- ・仕事での関係を良くする為に応用したい。よく話よく聴く。
- ・仕事でもプライベートでも積極的な考え方を物事に取り組もうと思う。
- ・周りの人に思いやりを持って愛を持って接する。恐れずに自分の意見をしっかり伝える。
- ・もっと職場でのコミュニケーションを図り、より自分にとって楽しんで仕事を出来る様な環境にしたい。
- ・消極的な事ばかり考えているとそのような人生になるので、常にいいイメージを持って毎日の生活を送りたいと思った。



## 感想

- ・自分自身を見つめ直す機会になって良かった。
- ・人生設計をどうするか考えさせられ有意義であった。
- ・コースを受けている段階からやる気が出ているのでいいと思う。
- ・いろいろな人とコミュニケーションが取れたので、とても楽しく受講することが出来た。

