

本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？
とても満足した	とても満足した	とても満足した
研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)
人は90パーセントから97パーセント自分の力を持っているのに出せていないところ。 それを出すためには自分ではできると思い込み続けたり、感謝や強い気持ちをもつといつも以上の力が出せるから気持ちをポジティブにしていく！ 0.2秒で反応をするとプラス思考になるからすぐに反応するのを心がけてやっていきたい。 そして今日一番思ったのは高校3年間は今しかできないからその3年間で全力で取り組んで悔いのないように全力で取り組みたい！	脳は入力よりも出力を信じるから言葉や動作、表情を大切に出力を信じていきたいです。人生の差は思い込みの差だからポジティブ思考で全員で気持ちを高めあってこれから頑張っていきたいと思いました。 自分の可能性は3万倍あるから可能性を信じ諦めずに甲子園出場だけでなく甲子園優勝を目指して頑張っていきたいです。 アスリートは鮮明なイメージを持っていて大きな夢があるから自分も大きな夢を持って夢に向かって頑張りたいです。	一番心に残ったことは騙し絵です、最初は全く見えなくてムカついたし絶対見えないと思っていたけど、自分にもよくにっていて、できないことがあるとムカついたり不快になったりしました、でも見えた時はその分めちゃくちゃ嬉しかったし、絵が見えたことだけで大したことはないけど、本当に嬉しかった、こんなに小さいことでも大きな喜びを得ることができた、甲子園は時間があるし、限られた人しかいけないし、たった一度のチャンスかもしれない、だからこそいけた時の感動はすごいとおもうし、考えるだけでワクワクして仕方がないです、これを達成することで自分だけでなく周りにも感動を与えることができるから、俺らなら絶対甲子園行けるから、必ず達成する。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
目標や夢を大きく諦めずに全力で最後まで取り組みたいと思った	ポジティブ思考	甲子園に行けると言う思い込みで全力で色々なことに頑張ります
講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
ほんとにためになる話ばかりでしたありがとうございました！	とても楽しく自分だけでなく27人全員で高めあって頑張りたいと思いました。ありがとうございました。	ありがとうございました！ 甲子園連れて行けるように頑張ります！

本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？
とても満足した	とても満足した	とても満足した
研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)
今日の研修で僕は何事にも挑戦することが大切で挑戦しないと失敗もないし経験もない。そして自分の中に目標がないと挑戦しようとも思わないから常に挑戦しようとする気持ち、そしてその気持ちを忘れずに挑戦し続けることが大切だとわかった。そして常に自分はできると思い込んで全力で挑戦していきたい。また、それを自分1人でするのではなく、チーム全体で共有してチーム全体でそう言った気持ちを大切に何事にも挑戦し、目標を達成できるようにする。	自分で守り続ける 夢があればできる 誰にでも可能性はある 失敗をするから蓋をする。なぜ失敗をするのか、それは挑戦するから 人生の差は思い込み 本気のじゃんけん 0.5秒で思考が完成するからその前の0.2秒で反応する。そうすればプラスな思考が増えてくる 元気が1番 今日聞いたことからまずは挑戦をする。そしてどんどん失敗をし次につながる。デカすぎるほど大きな夢を持って、その夢を忘れずに毎日意識をして生活をする。そしてその夢が叶うまで諦めずに自分なりに努力をし続けること	見る視点を変える事で自分の可能性が広がる事が1番印象に残りました。自分は城北でレギュラーになりたいと目標がありましたが、それ以上の目標で自分がチームを引っ張るぐらいの気持ちでどんどん物事に挑戦していきたいです。 また、全力じゃんけんやいーね！！など思考回路をポジティブにする事で自分が生まれ変わると今日初めて知ったのでこれからの生活でたくさん実践して行きたいです！！！！ 有永先生など自分は本当に恵まれている環境にある事も気づけて本当に幸せな時間でした
明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
自分の中に目標を作ってそれに向かって頑張る。	甲子園優勝という夢を毎日意識して、日常生活からつなげて頑張っていきたい 自分に蓋をしずに可能性を信じて最後まで頑張りたい	全力ジャンケンや物事へのリアクションを大きくして行きたいです
講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
今日の研修でたくさんのことを学ぶことができました。ありがとうございました。今日学んだことを忘れず常に意識して練習し自分の中の本当の気持ちに従って挑戦し続けたいです。今日は本当にありがとうございました。良い経験になりました。目標達成できるようにがんばります。	すごく野球だけでなく生きていく上で大切なことを色々教わることができました！ 本気のじゃんけんはみんなと心を開くことができるのですごくお気に入りです！ また講座を聞けるのを楽しみにしてます！ ありがとうございました！	今日の講義本当に最高でした！！これからもよろしくお願いします！！

本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？
とても満足した	とても満足した	とても満足した
研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2) イチローや大谷でもハングは精神を持って野球に取り組んでいることを考えるともっとやれると自分は思いました。 パフォーマンスを出すためにいっぱい練習して自信つけて、純粋に野球を楽しんで野球できていることに感謝してこれからも限界を決めずまだやれるという気持ち大切に野球を楽しんでやっていこうと思いました。未知の自分に会えることが楽しみなのでイメージ強く結果が出なくても粘り強くすることで自分がチームメートに刺激を与えられるよう刺激しあって頑張っていこうと思いました。	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2) 今まで自分は何をしてもダメだと思っていたけど今日の講習を聞いて諦めなければ夢は叶うんだなと思いました。これからもこのチームでたくさんのことを学びやっていきこのチームで甲子園に出たいと思いました。自分は今怪我をしているんですけどしっかりケアをしていきみんなにも認めてもらう選手になろうと思いました。あとメンタル「ポジティブ」にいきていき私生活でも授業でも自分から挙手をして頑張っていこうとも思いました。本日はありがとうございました。	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2) 僕は根本的な考えからまず変えていこうと思いました。理由はやっぱり自分の中で苦手な守備は練習しても上手くならないとか試合でエラーするとかマイナス思考でいたけど今回のメンタルトレーニングで自分ならできるこれから上手くなれると心の中で言い聞かせてそれをさらに言葉にして行きたいと思いました。絶対甲子園に行って優勝する。先輩達が作ってきた歴史を破って自分たちが一番になってやる。そんな気持ちで日々の練習に取り組んでいきたいです。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
夢を実現させるためにイメージを大きくして叶えるために努力することを大切にしていこう。	全力でやったりポジティブな発言をする	ポジティブな言葉をもっと声に出しそれを周りに伝染させていく。個人ではバッティングで考えて考えて行動に移していきたい。
講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
メンタルに関して色々な視点で感じる方法など自分のパフォーマンスを出せる方法など未知の自分に出会える気持ちにさせてくださってありがとうございました	すごくためになりました。ありがとうございました！	本当に今回のメンタルトレーニングを開いていただいて感謝しかないです。有永さんの話のおかげでこれからの自分のモチベがだいぶ変わると思います！

本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？
とても満足した	とても満足した	とても満足した
研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)
心に残ったことは、自分の可能性は無限大にあって、それを自分が蓋をしているから能力を発揮できないから、その蓋をぶち壊して、自分の能力をいかに全力で発揮できるかを大切に1日1日の生活、努力を大切にして、練習や学校生活を大切にしていきたいと思いました。また、自分には、95%の潜在能力があるので、それを発揮できるように蓋をしないで、自分で制限するのではなくて、もっともっととゆう向上心を持って日々練習していきたいなと思いました。	自分の成長を信じてひたすら努力をしたいです。立ち止まることもあるけど自分で一步一步地に足をつけて目標である甲子園、レギュラーを目指して行きたいです。また日頃から野球をやらせてもらってる感謝をもって今まで自分に携わってくれた人に恩返しをしたいです。甲子園出ることやレギュラーを取ることが恩返しではなく自分の成長した姿やがむしゃらに頑張っている姿を見せれたらきっと恩返しできたと思います。そのために感謝の気持ちを持って何事でも前向きに夢を諦めずにやりたいです。この出会った新しい仲間27人全員で3年間どんなことにも挑戦し目標達成に向けて頑張ります！	活躍している人の話を聞いてメンタルや考え方が自分と違うと思った。自分も今日から考え方を変わって取り組むこと、夢を叶えるために日頃の練習や生活の意識を変えていきたいです。そのために可能性にフタをしないでいろいろなことに挑戦していきたいです。ポジティブにプラス思考でいること明るい空気がメンタルの土台だということを常に頭に置いてあきらめることがないようにしたい。全員が同じ方向を向いて甲子園で優勝できるようにしたい。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
一つ大きな夢を持ち、それに向かって自分は絶対にできるという思い込みをして、毎日の練習でもっともっとという向上心を持ち行きたいなと思います。また、自分はまだ能力がいっぱいあります。なので、潜在能力が少しでも減るように練習を頑張りたいなと思いました。	毎日自分の夢を思い浮かべて行動したいです	大きな目標を持ちこの目標を常に意識しながら生きていきたい。
講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
有永さん本日はとてもいい経験をさせていただき本当にありがとうございました。有永さんのおかげで、自分にはたくさんの可能性があるということと、もっともっとという思い込みをして、これからの練習を行っていききたいなというかたい思いができました。なので、自分の能力をいかに発揮するかは、どれだけ自分を信じて練習などをするかです。それを本日は教えていただいたので、それを踏まえてこれからの練習を大切に頑張っていきたいなと思います。改めまして、本日は本当にありがとうございました。	今日はありがとうございました自分はまだまだやれます！甲子園目指して頑張って行きますまず目の前の日常、やることを1つ1つ大事にして行きたいです夢を信じて突き進みたいです！	本気じゃんけんなどポジティブになれる方法などを教えてもらいありがとうございました。実践して甲子園行けるようにします。

本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？
とても満足した	とても満足した	とても満足した
研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)
強いチームは明るいということがわかったしパフォーマンスを最大限に発揮するには自信（強気）、感謝、ワクワク（楽しい）ということが大切だとわかった。 また大切はことは大きな夢を持つこと、その夢を毎日意識して考えて生活すること、決してあきらめないことを学ぶことができた。 約9割の人が自分でフタをしてしまって限界を決めてしまっていると知ったので自分はできるというプラス思考をもちそれを言葉に発するようにしたいと思いました。	今まではマイナス思考とかもあったけど発言することとかプラスの言葉に変えていこうと思いました。脳は入力より出力を信じるから、言う言葉やかける言葉をいろいろ考えて視点をいろんな方向から見方を変えていこうと思いました。体調は感情や思考で変わるのを実感して、練習入る時とか勉強するモチベーションを上げる時とかに一人で大きな声でプラスな言葉をいったり、一人でいいねーとかいってモチベーションをあげたいと思いました	今日メンタルトレーニングを学んでいつも自分は自分で色々なことを蓋していたので今後は自信を持って楽しくやっていきたいです。特に心に残ったのは本田圭佑さんの夢が叶う3つの約束です自分は夢が小さくすぐに諦めてしまうので今後は大きな夢を持ちそれに向かって努力していきたいと思いました。自分はバッティングだと追い込まれたらもう無理だと守備では球が取れないと思い込んでしまっていたので思い込みをなくし、視点を变えていきたいと思いました。今日学んだことを忘れず今後は意識して行きたいと思いました
明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
失敗するのは挑戦しているからという言葉聞き、とにかく挑戦していきたいし、プラス思考で野球をしたいと思った。 アスリートは鮮明なイメージを描いているのでイメージを大切にしたいと思いました。	明日から嫌なこととか失敗もこれからあると思うけどその失敗をいろんな角度からみて全てをプラスに考えて明るい雰囲気で行こうと思いました	何事もポジティブに考えていこうと思った
講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
色々なことを学ぶことができて本当によかったです。今日教えていただいたことを意識してこれからやっていって絶対甲子園で優勝できるように頑張ります。ありがとうございました	今日は本当にありがとうございました 僕は今日この話を聞いて物事の捉え方をこれから変えていって自分の30000の可能性を蓋をしずにかくさん発揮したいと思いました。これからの日常で0.2秒の法則を意識してプラス思考で生活していきたいです。	今日の授業を受けて色々なことに対する気持ちかなり変わりました。今日は本当にありがとうございました

本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？
とても満足した	とても満足した	とても満足した
研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)
自分の夢を持つことはほんとうにだいじだと思いました。普段の練習とか学校生活とかで苦しいとか辞めたいとか思うことはよくあるけど、ポジティブに考えたり、自分の夢に向かって頑張ろうと思えば最終的に良い結果に繋がると思うからめっちゃめっちゃ頑張ろうと思いました。本田圭佑さんがいっていた夢が叶う三つの約束を聞いて、自分なんか無理とか思うときあるけど、諦めなければ夢が叶うと信じ続けてこれからも頑張ろうと思いました。自分が夢を叶えれば今夢を諦めかけている人も勇気づけられるから絶対に夢を叶えます。	自分たちも英数学館のように甲子園に行くという強い目標をもって強い思い込みをして行きたいなと思ったし僕はいつも失敗の方を先に考えてしまうので失敗は成功の近道だとおもってやっていきたいです。それでも壁にぶつかる時があると思うのでその時は仲間に頼ったり今日教えてもらったポジティブに考える方法や仲間と本気でジャンケンしてこれからの学校生活を全力で楽しんで行きたいなと思いました。また、僕は城北高校で甲子園に行きたいという思いで入学したけど今日から甲子園優勝という目標に変えて毎日の練習を乗り越えていきたいと思います	気持ちの持ち方が大切だと思ったので、日頃から意識高く持って生活していきたいです。脳は0.5秒以上考えてしまうと、マイナス思考になってしまうので、0.2秒で考えてプラス思考でやっていきたいと思います。自分の限界は、今の自分の3万倍出るので、自分の蓋を閉めずに限界突破していきたいと思います。脳は、入力（思い、イメージ）よりも出力（言葉、動作）を信じることがわかったので、言葉や動作にすぐに移していきたいと思いました。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
練習を一生懸命取り組む。 プロ野球選手になる、甲子園優勝する、U18のエースに選ばれると毎日自分に言い聞かせる 毎日誰かと練習前に本気のじゃんけんする	良い方の思い込みをしてみんなでいいねして明るく過ごしていきたいです。	意識を高く持って諦めずに行動していきたいです。
講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
有永さんの話を聞いて、夢を叶えることを自分に本気で考えさせてくれました。 今は叶えられるかどうかは考えずにがむしゃらにプレーします。 本気のじゃんけん最高です !!	今までの自分にない考え方をたくさん知れたのでとても良い機会になったし野球をこれからも頑張っていきたいなど強く思うことができました。決して諦めずに甲子園優勝またはそれ以上目指して頑張ります！	1回目のメンタルトレーニングの講座ありがとうございました。今日は、自分の可能性について教えていただいたので、自分の蓋を開けて今の自分の3万倍の力を出せるように頑張っていきたいと思います。

本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？
とても満足した	とても満足した	とても満足した
研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)
大きな夢を持って諦めずに頑張りたいです。自分は、可能性に蓋を閉めてしまっていて自分のプレーができない時があったので蓋を閉めず、成功できるように感情のコントロールなどをして、プラスの思考で頑張っていきたいです。 パフォーマンスを上げるためにも自信やワクワク、感謝という心の状態にして最強のメンタルで頑張りたいし、知識の低さは意識の低さなので今日学んだこととかを意識したりして心と行動をかけたら結果に繋がってくるからも強い心で俺ならできるという気持ちで頑張りたいです	脳は自分で勝手に蓋をしてしまい自分ではできないんだと思い込みをしてしまうことがわかった。しかも入力よりも出力を信じてしまうのでどんどん言葉に出して自分を出したり、相手に伝えていくことが大切なんだとわかった。失敗してもいいからなんでも挑戦をして成長し、成功に近づいていきたい。感情が思考と体調を決めてしまうことにびっくりしたのでこれからもっともっと楽しく明るく生活していきたいなって思った。元気がいちばんだということにも改めて気づいた。	目標を大きく立ててそれに対する行動、心の意識を変えたいと思った。目標に対して勝手に蓋をするのではなく、思い込みを変えて諦めず行動をしたいと思った。自分で勝手に蓋をしている人が90パーセントから97パーセントの人がいる。残りの3パーセントに蓋をしない人が一流の人だと気づいた。夢が叶う約束は大きな夢を持つこと、その夢を毎日意識して考えて生活すること、決して諦めないことだと思った。限界突破の三条件は自分の可能性に気づくこと、仲間のための力、何のため、誰のためにかを考える力
明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
プラス思考で頑張っていきたいです	何事にも楽しく明るく全力でやっていきたい。なんでもいいからポジティブな言葉を発してプラス思考で生活していきたい。失敗しても大丈夫という気持ちを持ちたい。	自分が城北に来た意味をもう一度見直してその目標に対する行動を心がけたい。
講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
今日学んだことを忘れず甲子園に行けるように頑張ります。	今日はありがとうございました。 めっちゃ明るくなってとても楽しかったです。 甲子園優勝します！	今日の一日で自分の意識がとても大きく変わりました。これから頑張っていきます。

本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？
とても満足した	とても満足した	とても満足した
研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2)
日頃の練習や学校生活から常に自分の目標をイメージして、毎日を大切に！そして、辛いことや困難が立ちはだかって、決して諦めずに立ち向かっていき、挑戦していくことが大切とわかりました。僕は自分の可能性にフタをしているような考えが幾つかある事に気がつきました。一つ大きな目標を持ち何事にも諦めず、仲間と助け合いかけがえのない時間にできるようにしていきます。自分の力を信じて、限界の限界を超えて最強の選手になる	これからも自分の可能性をしっかりと信じて、大きな夢に向かって諦めない気持ちを大切に練習に取り組んだり、日頃の生活の中から常に自分の決めた目標を意識していきたいです。自分で自分の可能性にフタをしてしまっていることが分かったのもっと自分は出来るという思い込みをしたり、まだ成長出来るという気持ちでこれからもどんな辛いことがあっても前向きに取り組んでいきたいです。メンタル面ではプラスな考えを持つと体調も良くなったり、自分にとっても良いことが多くあると分かったのでこれからプラスな考えを持ってがんばります！	何事もやってみないと分からないし経験しないと変わらないと分かった。そのためには何をするにもワクワクドキドキして取り組んだり視点や意識を大きく変えて少しでも成長出切るようにしたい。またこれから先上手くいくこと行かないことたくさんあると思います。でもそこで心が折れてもう無理と思わず逆に本田圭佑選手のようにラッキーと思って改善点を見つけて少しでも成長出切るようにしたいです。そして出会った仲間達みんなでどんなきついことでも声を掛け合いみんなで、そしてチーム全体で強くそして最高の3年間にできんようにしたいです。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
日頃の練習や学校生活から常に自分の目標をイメージして、毎日を大切に！そして、辛いことや困難が立ちはだかって、決して諦めずに立ち向かって親やおじいちゃんおばあちゃんに最高の親孝行をできるようにします！チーム目標は全国制覇！個人目標は一桁でチームには欠かせないような選手。そして、仲間から信頼されるような最高の選手になれるよう日々努力していきます！	練習や普段の生活の中から夢へ向けての意識を強く持っていきます。	今日から全力じゃんけんを野球部でやる
講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
約2時間のカルピスの原液ぐらい濃いお話をありがとうございました！僕の中で幾つか考え方が変わり自分の反省そして次に繋がれることができたと思います。また、こんな最高のメンバーと最高の目標を追いかけられるこの時間を大切にしていきたいと思いました。今日はありがとうございました！	本日は貴重な時間をくださってありがとうございました。これからばくも自分の可能性にフタをしずに、強く、前向きな気持ちを大切に自分の目標や夢に向かって努力を続けていきます。	今日はありがとうございました。学んだことを明日から意識して生活したいです。

本日の講習会はいかがでしたか？	本日の講習会はいかがでしたか？
とても満足した	とても満足した
研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2) 今回の講習で心に残ったことは山ほどあるが、特にこれから大切にしていこうと思ったことは、2つで1つ目は、思い込みです。 マイナスの勘違いよりもプラスの勘違いをして自分ならできるや、叶えることができると思い込めば、それが必ず結果になり現実になる。 2つ目は、ワクワクが最強ということです。 試合や練習などでどうしても良くないことがあると、気持ちが下がるが、どんな状況でもワクワクして、その場を全力で楽しむことが大事！	研修の中で心に残ったことや、気づきや学びを教えてください。(200文字以上原稿用紙1/2) 今日の研修で自分を変えるのは、改めて自分だと思った。今のプロ野球の人やアスリートも目標を持って何度も何度も失敗しても諦めず自分の可能性を信じて1日を大切に過ごしていることが分かりました。今日の研修を受けて僕は、自分はネガティブな性格でミスしたらすぐ落ち込んでしまうので、ミスしてもそれも経験だと思って日々の練習で地道に改善したいし落ち込んだら笑顔や本気のジャンケンで声を出して切り替えていきたいです。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
諦めない！！ 常に前を向き続ける！！	ミスしたことをいちいち落ち込まずプラス思考で考える。 鮮明で大きなイメージを持ちそれを達成するため何をするか考える。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！
本当に最高だった！ ものすごく刺さるものがあったし、自分の悩みでもあるマイナスのことを考えてしまう部分などそう言った悩みが一気に前向きに解決された	自分を変えるきっかけを掴むことができました。 日々の練習で声をだし、本気のジャンケン、プラス思考で絶対成長します！！