

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？	本日の講習会はいかがでしたか？
どちらともいえない	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） メンタルは大切に心をさいゆうすると感じたまた、大会などでも今お話を聞いたことを活かして。大会や練習試合でも結果からでるようにいかしていきたいし、試合で沢山打てるようにもっといっぱい沢山練習をして、結果がでるように何時でもいいように常に本番と思って努力していきたいとかんじた！また、これを野球だけでなくにちじょせいかつでも活かせるように常に意識して。じっせんして、これからの自分の人生に繋げていかなければいけないとかんじた	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） ポジティブに考えることは、人生をより前向きに、充実したものにするために大切な心の姿勢です。困難や失敗に直面したときも、ただ落ち込むのではなく「これも成長の機会だ」と捉えることで、自分を奮い立たせる力になります。ポジティブな思考は周囲の人にも良い影響を与え、人間関係をより良くする効果もあります。また、前向きな考え方はストレスを軽減し、健康にも良い影響を与えと言われています。すべてを無理に楽観的に考える必要はありませんが、少しでも前向きな視点を持つことは、人生をより豊かにしてくれるはずです。	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） 今までは緊張する場面などに立たされた時に、しては行けないことばかり考えてしまったり、こうなってしまったらどうしようと思ったりしてしました。しかし、今回の講義を受けて何事もプラスに考えることで、パフォーマンスにまで良い影響を及ぼすということがわかった。また、もし悪いことが現実になったとしても、それを悪いことと捉えず、自分にとって良いことと思いながら前向きに野球以外でもしていこうと思った。この話を夏大でも思い出して、土壇場の場面でも良いパフォーマンスができるようにする！	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） 心に残ったことはパフォーマンスを最大限に発揮する心の状態は自信、ワクワク、感謝の3つだとわかりました。また、スター選手の共通点として、鮮明な大きな夢を掲げていることがわかりました。自分は大きな夢を立てた覚えがないのでしっかり夢を立てて見ようと思いました。マイナス言葉ではなく、プラスの言葉を言うようにしてマイナスの言葉をもし言ってしまった場合には3秒教えてプラスの言葉に言い直すようにします。どんなことにもプラスに捉えようと思います
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 感謝	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 プラスに捉えていく	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 いやだただと考える前に前向きな言葉を発する	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 感謝を伝える
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！ いい経験が出来ました！ありがとうございました！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日の講義とても面白くて勉強になりました。夏絶対勝つので応援よろしくお願いします！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 貴重なお話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？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ 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） 今日はメンタルトレーニングということで自分は何回も精神がどん底に落ちるような経験があったけどプラスの考え方をすることでその精神は回復することがわかった。自分の発言は自分に返ってくるので良い言葉がかえってくるように周りにどんどんプラスのことを言っていきたいと思う。野球はチームプレーなので自分自身だけでなくチームに蓋をするような人にならないように心がけたいと思った。また何かの分野でチームを引っ張っていけるような人になりたい。	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） 今回の講話を聞いて自分はマイナスに捉えてしまうことがあったりすることがあったけれどこれからはプラスに色々変換していきたいと思います。自分もプラスの気持ちを持って試合に挑んだ時は、気持ちが案になってワクワクしていい結果がだせるときがあるけれど大半はマイナスの気持ちを持って試合をしていたことが多かったのでこれからは自分に良い思いを持っていきたいと思います。パフォーマンスを最大限に発揮できるよう、自信とワクワクと感謝をもって心の状態を保ちたいと思います。これからは、自分の可能性を信じてプレーしていきたいと思いました。	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） 今回の講話を聞いて、可能性は誰にでもあって、能力を発揮できていないだけで、発言や表情、行動を変えることで結果につながってくることを理解した。様々な活動を実践してみて、脳に明るいイメージを思い込ませることや、リラックスをすることで自分の持っている力をいままで以上に発揮することができると知った。人間は無意識的にメンタルブロックをしており、じぶんにできると思わせることが大切なので、これからは常にポジティブに自分ならできると思い込んで生活していきたい。	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） 本日の講話を受けて自分の思考や感情を客観的に見つめ直す力が身につきました。特に感謝の気持ちの大切さを実感できました。感謝の気持ちを強く持つことによってここ1番の勝負所でいい結果が出る可能性をあげることが心に残りました。それとアスリートで大きな夢を叶えている人の共通点として周りにどれだけバカにされたり無理だと言われ続けても自分を信じて諦めない気持ちが大切だと感じました。そしてどんな困難に直面しても前向きに行動できるようになっていきます
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 3.2.1！プラス思考	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 マイナス思考からプラス思考に変換したい 自分に自信を持つ	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 常にポジティブな行動と表情をする	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 毎日夢を声に出す
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 価値観や考え方が新しくなる1日でした！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ とても参考になったのでこれからの人生に活かしていきたいと思います。ありがとうございました	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日の講話はとても感心しました！ これからの人生に活かしていきます！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 必ず甲子園に出場し日本一になるので応援お願いします !! ありがとうございます

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？	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	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） 2回の公演を通して、自分自身を鼓舞したり、想像以上のパフォーマンスを発揮する上で大切な感情や行動を知りました。自分は普段何か嫌なことが起きた時、表情や行動に移さず、抱え込んでいる事が多く、笑顔やポジティブな言葉が足りないかと実感しました。今後は、ネガティブな言葉を控え、その代わりに前向きで周囲も明るくなれるような言葉や行動をしていきたいです。また、今まで自分が送ってきた生活は当たり前でも何でもなく、親や先生、仲間たちの支えがあってこそその生活だと心に刻んでいきたい。そして、日々感謝を忘れず恥ずかしい気持ちがあっても感謝を伝えられるような人になりたいと思った。	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） 今回の講話を聞かせていただき、プラスに考えることの大切さを理解できました。人間の脳は入力よりも出力の方を信じるという結果があり、自分の心の中に留めているよりも口に出す方が結果的に脳が信じているということを理解しました。日常生活のなかで冗談のつもりで何気なくマイナスの言葉を口にする事が多いけれど、無意識的に脳はそれを信じてしまっているので、今日行った3秒後にプラスに変換するようにしていきたいです。	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） 本日の講和を受けて、自分の考えになかったことがたくさんあって、結果を出すために行動するだけではなく、プラスに捉える心を持つことによって結果が出るということに気づくことが出来た。何かをする時にできる人としてきない人の差には思い込みの差がある事がわかった。マイナスな言葉をプラスな言葉に変えてこれから生活していきたいと思いました。また、感謝の気持ちを忘れないうように小さなことでも感謝の言葉を伝えて行きたいと思いました。	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） 私は投手ですが、コントロールが悪く四球を出してはいけないという思い込みから悪いイメージを持ち、実際に四球を出してしまうことがありました。ですが、今日の講習で「思い込み」は良くも悪くも自分に影響を与えると知り、ネガティブな考えが自分の力を発揮できなくなる原因だと気づきました。自分の可能性を狭めるのはもったいないので、これからは、ポジティブ精神で、自分の人生を華やかにしていけるよう頑張ろうと思いました。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 ダルいと感じたり、めんどくさいと思って、前向きに今頑張れば後の自分は楽になる！頑張っていこう！と、心の中で言う。些細なことでも人に感謝を伝える！自分はこんなこと出来ないと思うんじゃなくて、小さなゴールを作り、徐々に達成していきたい。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 世の中で大きな成功をおさめたり、幸せをつかんだ人は周りにどんなことを言われようとも自分を信じて突き進んでいる共通点があることを知りました。自分も悲観的な勘違いをするのではなく、楽観的な勘違いをして、しかもそれを口に出して、脳を自分でコントロールしたいです。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 初めからマイナスな思考や言葉を言ったり考えたりせずに、周りが無理と言っても自分を信じて行動していきたいと思いました。また、支えてくれるチームのみんなや指導していただいている先生の方や家族のみんなに感謝の気持ちをしっかり伝えていきたいと思いました。大きな夢を持ってそれを諦めずにやりきりたいと思いました。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 自分の明確な目標をたて、目標に向かって頑張ろうと思いました。全力じゃんげんのように、声で自分を鼓舞して夢を叶えたい
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 自分はあまり人に対して感謝を言うのが恥ずかしく、真面目に言うことが少ないです。しかし、いつ今の環境が崩れるか分からないので、日頃から人に対しての感謝は少しでもいいのでしていきたいと思います。今回の講座は自分の考えに大きな影響を与えてくれました。今日はありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日は貴重な講話をしていただき、ありがとうございました。今日学んだことを活かして、戦後初の日本一という目標に突き進んでいきます！！また今後の人生にも活かしていきます！！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 本日は、これからの自分の人生において大事な事をお話していただきありがとうございました。自分がこれから夏の大会に向けての考え方が今日の講和を受けて、すく変わりました。今まで自分の中になかった考えばかりで、自分がこれから生きていく上でとても大切な事を学ぶことができました。これから支えてくれた全ての方々に感謝の気持ちを持っていきたいと思います。本日は、ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日はありがとうございました。今日聞いた話を野球だけでなく、今後の生活でも生かしていけるようにがんばります。

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？	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	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） 今日はメンタルトレーニングで最初の思ったことは思わないことは叶わない！ というのが1番大切だと思った。思ったこと考えたことを口に出して僕ならでき る！今までやってきたんだと信じて口に出せば持っている以上の力が発揮され るということです。クズなんてかカスとか言う指導者。元々最初から選手に 蓋を閉じてしまいその人の可能性を潰してしまうのが1番やっては行けないこと である。だから、仲間がいるからやれるというふうな仲間と支え合ってやりた い。	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） 自分の心の持ち方だけで結果が大きく変わってくるから、メンタルが一番大切 なんだなと感じました。また、大きな目標を持つことは大切だなと思いまし た。諦めなければどんな夢も叶えられるなと思いました。自分がやると決めた 目標にどことん取り組み、諦めずにやり遂げることが大切だと思いました。ま た、星稜が8点差をひっくり返した話が印象に残りました。どんなに追い詰めら れていても、笑顔で明るくやると結果が変わるんだなと思い、夏の大会でも実 行して、絶対勝ちます。	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） 今日のメンタルトレーニングの話を聞いて、考え方がガラッと変えることが出 来た。本気のジャンケンではやる前はよく分からなかったけど、やってみて言 葉、動作、表情で出力した事で、気持ちが高まってパフォーマンスが上がる感 じがした。こう言う事を試合前などにやったらみんなのモチベーションも上 がって確実に試合のパフォーマンスも上がると思った。顕在意識と潜在意識は 95%が潜在意識だからいかに顕在意識の5%を出せるかが重要だと思った。	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） 講話を聞いて、心の持ち方がいかに大切かを改めて感じました。今までは「ど うしよう」などマイナスな気持ちがあったけど、プラスに変えることでいいプ レーに繋がったりするということが分かりました。思い込みで自分の限界を決 めてしまうのではなく、「自分はできる」といったワクワクする気持ちになっ たり、それが自信になったりすることでも分かりました。夢を実現する人 は鮮明なイメージを描いていて、決して諦めないということが印象に残りまし た。夢は笑われるくらいが丁度いいと思うのでうまく生きていこうと思いま 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。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
ポジティブに明るくできると思ってやる とにかく、楽しんでやるきる！	マイナスのことを言っても、3秒でプラスのことに言い換える！表情を明るくす る！	マイナスな言葉を発したらすぐプラスの言葉を言おうと思った	「ありがとう」や「俺ならできる」といった感謝の言葉やワクワクする言葉を 口癖にしていきます。
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！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！
本日はお忙しい中ありがとうございました。 率直に思ったことは、もっと早くこの公演を聞いて高校野球を長くやりたかつ たです。でも、この先野球以外でも生きていくうえで勉強になりました	忙しい中、私たちのために話をしてくださりありがとうございました。常に笑 顔で明るく元気のあるチームにして、必ず甲子園に行き、全国制覇を目指しま す。	本日は大変忙しい中貴重なお話ありがとうございました。とても参考になりま した。	今回はこのような素晴らしい講話をしていただきありがとうございました。常 に志高く、全員で日本1獲りにいきます。

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？	本日の講習会はいかがでしたか？
満足した	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） メンタルを強くする講義を受け、自分の考え方や感情との向き合い方が大切だと実感しました。困難に対して困難と思わずに立ち向かうという前向きに捉える姿勢や、思っていることを言葉や行動に移すことで気持ちが勝手に良くなるということを実感して試合などで使いたい。また、日々の小さな習慣がここその場面での助けになったり、心の強さにつながることを学びました。これからは実践をして、自分自身の成長につなげていきたいです。	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） ありがとうございます。 メンタル入っていただけのこと懇願してましたので、とても感謝してます。 次も強く希望します。 子ども達にとっても、親にも仲間にも言えなかったことが解決していったり、共に目指す仲間力、チーム力も向上した時間だったと想います。学べたことすごくありがたく！これからの野球がどう変化するのか、よりよくなるからこそ、結果もですが、1人1人の心から出力するエネルギーも楽しみです。 いろんな映像から後半は泣き続けるほど心に響きました。 言葉、笑顔、感謝、サポートでなく親が本日の学びを実践です本日はありがとうございました！！！！ 感謝します	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） 野球で結果を出すために必要な事は、「ワクワクすること」「感謝」が大切だとわかった。 ワクワクすることは、野球をする時にゾーンに入ることができ、適度な緊張感をもって野球をできるので100%の力を出し切れるので、試合や受験などでは、自分が力をめいっぱい発揮している姿を想像して、プラスの言葉を言って自分の力をはっきできるようにする。 感謝は今まで当たり前と思っていた事は、人によっては当たり前のことではないということに気づいたので、日々自分と関わり助けてくれる人たちに感謝の気持ちを深く持って、伝えられるようにしていきます。	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） チームの雰囲気の良い理由として明るいチームやポジティブなワードや動作を意識することや 積極的に発言して自ら気持ちを昂らせて試合や練習に挑むと80パーセント以上の増加することがわかりました。またうまくいく人といかない人では思い込みの差であり、角度を変えて違う感情を持つことで人生が変わることがあるとわかりました。そして自分の可能性には3万倍あり無限の可能性が秘められ人間の脳はスーパーコンピュータ10万台ありAIにも頭脳で勝てる 最近AIの頭脳は人間より良いと言われがちであるがそれは人間が勝手に言っていることであって科学的に証明されているので自分で蓋を閉めずにノミのように自分が先頭に立ち切り開ける1人となれるようにしたいです。最後に親への感謝の気持ちを忘れずに生活していきたいです
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 言葉や行動に移す	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 最強の自分褒め(≧▽≦)bと最幸な笑顔です。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 今まで当たり前前と思っていた事に気付いて、感謝の気持ちを持って伝えようと思った	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 笑顔忘れずに生活する
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 考え方を覚えてポジティブになります！！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 人生変えるほどのメンタル指導に感謝してます。これからが楽しみです。有永さんのこれからのますますのご活躍をお祈りし申し上げます。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 本日は長い時間、講演して下さりありがとうございました。 本日教えてくださったことをもとに、試合前に本気ジャンケンをやったり、マイナス言葉を喋ったらプラスの言葉に変換することなど、日々の生活で意識していきます。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 親への感謝の気持ちを忘れずに生活しどんな時もポジティブ思考で生きていきたいです

本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ 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） イチローや那須川天心のような一流選手のような夢を大きくもつことが大切で マイナスな言葉(例えば、もう無理だ、やりたくない、めんどくさいなど)を発言 すると実現しにくくなる。だから、ポジティブな言葉(ありがとうの感謝の気持 ち、やればできるなど励ます言葉)を発言することで自分の本来の力を解放して 発揮できるし、周りに流されにくくやりきれることから、常にポジティブな気 持ちで感謝を忘れずに励むことが大切だと分かりました。	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） メンタルが強い人は、失敗を自分の価値の否定ではなくて、改善の材料として 捉える事によって失敗を成長に変えられる思考になるという事がわかった。本気 でじゃんけんをする事によってしぜん笑顔になれて心が楽になったりアドレ ナリンがてたので試合前に取り入れれば気持ちが➕プラスになることも学べ た。周りからバカにされたり無理だと言われても諦めずに信じてやり続ければ 願いは叶うと思います。自分は与えられたポジションでポジティブに頑張って いきたいです。上手く行く人といかない人の差は思い込みなので常に笑って➕ の考えをすればいい結果がでる。何事もイメージ 感謝を忘れずに生活する。	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） 何事もできないと言うより全部俺ならできる！ と思いつながらきついトレーニングや練習をしていこうと思いました。自分もい ずれ大きな壁にぶつかると思います。その時も、イメージ、言葉、動作、表情、 を使って行きたいです。人生の差は思い込みの差ということを教わって、毎日マ イナスの思い込みをしていたらマイナスな結果を作るので、プラスの思い込み をして、とんどんプラスの結果を作って行きたいです。まだ一年生だけど自分に はまだ3万倍の可能性があるので自分を信じて三年間やり切りたいです。	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） 野球をしていく中でワクワクと感謝が大切という事がわかりました。 周りの人たちにそんなの絶対無理などと言われて、流されてしまうのではな く、大きな夢を持ったらその夢を叶えるまで諦めずに毎日コツコツと練習する と叶うという事がわかりました。 また、日々の生活では親に感謝の気持ちを持って、機会があれば親にありがと う！と伝えたいです。 野球で嫌な事があったとしても、マイナスに考えずプラスに考えて、自分が成 長できるにはどうしたらいいか考えて生活していきたいです！
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 感謝の気持ち、ありがとうをいつでも言えるようにすることとネガティブ発言 をなくすこと。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 野球など普通に生活が来ている事は、当たり前ではないので常日頃、感謝の 気持ちを持ち生活をしていきたいです。いいイメージをもって行動する。マイ ナスのことを考えずに生活する。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 プラス思考で野球をする	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 マイナス発言をプラスにしていきたい
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今回初めてメンタル講座を受けて自分がいつもネガティブなことを考えてしま うけど、それはダメなこと夢を大きくもちポジティブに考えることが大切だ と分かりました。貴重な時間を体験させていただきました。ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 本日は講座をしていただき、ありがとうございました。とても分かりやすく、 自分の人生、野球人生につながる学びの多い時間でした。 特に、何事にもイメージをもって、ポジティブに行動すると、自分の理想とな る結果がでることを知ったので今後の実践に活かしていきたいと思います。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 野球をやる時に大切な考え方や行動を学べてとても良い時間でした。ありがと うございました	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ わざわざお忙しい中、講演していただきありがとうございました。 日常生活や野球の中でも、マイナス行動や発言をすると、物事に取り組む時の パフォーマンスを下げるという事がわかりました。 なので、何事にもプラスに考えて自分を成長させていきたいです

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？	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	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） 私は今回の講習会で1番印象に残ったのは、全力ジャンケンでした。このジャンケンは以前に様子を動画で見たことがあったのですが、実際にしてみると、全力で叫ぶことによって体が熱くなり、体が柔らかくなりました。また、プラス思考になることで、体幹が強くなったり、前向きに物事を考えられるようになりました。さらに、1番大切なのは感謝だということを知りました。プレーするにあたって、ただするだけでなく、たくさんの過程があるからこそ上手にいくことにつながるのだとわかりました。	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） 心、技、体の3つの中で心は野球をする上でもそれ以外でも大切だと思います。物事をいい方向から見ると、悪い方向から見てもう人ではやっぱり結果が違って、ワクワクや感謝を持ってプレーする人はいいパフォーマンスができていくことが分かりました。笑顔はとてもしつこい力を持っていて周りの不機嫌な雰囲気を変えることができて、プレッシャー無くやりたいことができるので常に笑うことはいい事だと思いました。そして笑顔には25%のストレス軽減や86%のパフォーマンス向上などが実際の実験でわかっているのも自分も周りも良い雰囲気になるので笑顔はどんどんしていきたいと思いました。高校野球はあと少しだけれど、一期一会の仲間に感謝して笑顔でプレー出来たらいいと思います。野球が終わっても、今日の講義はこれからの自分の人生にプラスになるような考え方をしていきたいです。	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） 一流のアスリートや今まで成功してきた人たちが何をしてもイメージしたりワクワクしたりすることで自分のパフォーマンスを上げたり感情のコントロールをすることで失敗はするけどその回数を少なくしていっていることがわかった。自分がどうなりたいかをイメージしてそれを逆算していくことによって何をすべきなのかを理解できる。今、当たり前のようになっているのは親や指導者、仲間などのこれまで支えてきてもらった人たちのおかげだから感謝の気持ちを忘れず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） 感謝のことで自分は当たり前前に産まれてきたのではなく両親のおかげだと感じました。なのでちゃんとありがとうと言える時には恥ずかしがらずにちゃんと伝えられるようにしたいと思いました。親も大切ですがチームメイトや友達も大切だと思い、そこでもちゃんとありがとうと言える人になりたいです。チームで他のやつ考えて全力の何かをやってみたいと思います。パフォーマンスを最大限に発揮するには自信やワクワク感、感謝の3つの心の状態を意識しながら今後の野球や勉強に繋げたいと思います。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 まず、練習で声を発することでパフォーマンスの向上につながるの意識することや、過去のミスを引きずらないようにプラス思考で取り組むことをしていきます。また、親や毎日のお世話をしてくれる祖父母の感謝を普通じゃないということを感じて生きていきます。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 どれだけ失敗しても、調子が悪くても笑顔で生活すること	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 動作や表情が大事だとわかったので心で思ってもプラスの考え方をしようと思いました 自分が1番良かった時や夢のイメージをしていこうと思いました。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 感謝の気持ちを伝える
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今回このような講習会をしてくださりありがとうございました。最近私はプレーで悩むことが多く、プレー中もマイナスのことを考えすぎて野球が楽しくないと思うことが多々ありました。しかし、今日の話を聞き、考え方を改めようと思いました。技術はそれほどなくても気持ちで勝てるということを感じたので、何事にも頑張ろうと思えることができました。次の機会があればよろしくをお願いします。ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 素敵な講義ありがとうございました！ 講義の最初は戸惑って、本当にプラス思考になるのかとか、考え方が変わるのかなど考えていましたが、講義が終わったあとは物事の見方が変わってどんどんプラスの方向へ思考できるようになりました。まだまだ最初なのでこれを継続できるように今日から意識してやっていきます。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 本日はありがとうございました 今日の講習で今までとの考え方がすごく変わりました。これから実践していこうと思います	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日は大切な時間をいただきありがとうございました。 今日学んだ時間は忘れないようにメモを見たり、声に出したりをして忘れないようにしたいと思います。 自分は今まで親や友達にありがとうや感謝の気持ちををはっきりと言えませんでした。 けど今日の講話を聞いて産んでくれたお母さんや育ててくれたお父さんに甲子園という舞台に行き感謝の気持ちを伝えたいと思いました。 今日は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？	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	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） まずは目標を立ててそれに向かって常に意識したり、決して諦めないことで夢を叶える事が出来るということをきいたのでまずは自分の中で目標を立てること、そしてそれに向かい努力する事をしていきたいと思いました。 さらに常にポジティブな言葉を使ったり、言葉だけでなく表情、動作をつけてやっていく事でパフォーマンスが上がり、それを結果に結びつけることが出来るようになりました。 そして今まで僕は出来ないかもなおもったりマイナス思考になることが多かったのですがまずは思い込んで夢を叶える方程式の心×行動をしていきたいと思いました。	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） 今日の講習を聞いて、自分でふたをするのももったいないなと思いました。今日の話を聞いてみると、ところどころ自分に当てはまる場所があって、今までは自分で可能性などを潰していたんだなと思いました。他にも、感謝のところで、親への感謝など、今まで当たり前に感じていたことの大切さを今日はより一層感じたので、これからは感謝というのを大切にして、その感謝を力に変えていきたいです。これらのことを大切にして、日々努力していきたい。	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） 今の自分にピッタリの講座でとてもおもしろかった。しっかり自分の気持ちもしっかり持ち思い込む大切さを学びました。そのほかにも、関わっている人に感謝することや、笑顔でポジティブに捉えるなど日常生活から意識できる事を教えていただき実践しようと思いました。 体を作るだけでは結果はついてこないで心、考え方、物の見方から改めて練習に取り組みたいと思いました。笑いながら取り組むと自然とやる気になったり、3秒で切り替えることも覚えたので試合でミスをしたときなどにも出来るようにしていきたいです。	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） 諦めないこと、毎日イメージをすること、大きな夢を持つことが、夢を叶えるための約束であるわかりました。人間は、他人に評価されて、自信をなくしたり、諦めてしまうことがあるということを知り、自分は、相手に批判とか笑われたりとかしても、イチローのように、強い意志を持ち、相手に見返せるような人になりたいと思いました。本気のじゃんけんをやってみて、やる前よりもチーム全体が明るくなっていったし、みんなの笑顔が増えたので、明るい雰囲気、大切だとわかりました。
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。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
まずは大きな目標と小さな目標を作ってそれに達成できるよう常に意識して、諦めずにやって行こうとおもいます。	まずは大きな夢を自分の中で掲げたいです。今日の話を聞いていてもまずはそこからだと思うので、目標を作りたいです。そして、その目標に向かって、自分で限界を作らなかつたり、イメージをしっかり頭の中で描いていたい。そして何よりも諦めないことを大切にしたい。	笑顔	感謝を忘れずに行動する。
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！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
お忙しいなか県立岐阜商業高校に来て下さりありがとうございました。 とてもためになる話ばかりで、聞いていてとても楽しく、これからの人生に活かしていこうと思いました。 また機会があればよろしくお願いします。	今日は5時間も長い時間にわたって講義をして下さりありがとうございました。 とてもタメになる中身の濃い話を聞くことができ、とくに、人生の差は思い込みの差という言葉がとても自分に響いたので、明日からは自分ならできると前向きに思い込んでいきたいです。	とても貴重なお話ありがとうございました。明日から実践できることも多くとてもいい時間になりました。ありがとうございました。	プラスのことを考えるだけで、雰囲気が一気に明るくなったので、考え方を变えるだけで可能性が広がるということが心に残った。

本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ 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） まず人は思い込みで可能性に蓋をしてしまっているということがわかった。なのでマイナスの勘違いをするのではなく、プラスの勘違いをして結果、人生を変えてきたと思った。不可能だと思われることも、毎日口にして諦めずに甲子園優勝という目標に向かいチームを高めていきたいと思いました。逆境の合うことも多々あると思いますがワクワクさせて最高のパフォーマンスをできるようにしたい。感謝の心を忘れずに自分のためでなく他人のためにも頑張りたいと思いました。	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） 気持ちの違いで結果は変わると思った 本気のジャンケンも初めてやってみただけ 終わったあとに気持ちが昂り楽しかった どんなアスリートにも気持ちが落ちる時があると知りそこでどのように対応するか結果に繋がったと思った 自分で自分の限界を決めつけては行けないと分かり自分の持つ可能性に蓋をしていたと気づくことが出来た マイナスの言葉でも視点を換えることでプラスに捉えることができ、プラスに捉えることで 良い行いができると思った どれだけ緊張していても笑顔を忘れずに挑戦していきたい	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） 子どもから親に感謝してもらおうという姿勢ではなく、楽しい時間を過ごせていることは、子どもが野球をしてきているから。また、監督やコーチ、仲間、父兄の支えがあってからこそ。と視点を換えていきます。加えて、感謝の気持ちを声に出して伝えることも実践していきたいです。 また、地域からも応援していただけるように、学校内外でもいつも見られているという意識で、選手はもちろん、保護者も踏まえて謙虚に直向きに野球に取り組んで行くことも必要だと感じました。	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） ポジティブに考えようという意識はあったが実際どんな方法でやれば効果が出るかなどは分かっていたが、思考より言葉、言葉より動作・表情でプラスを作り出すことによって脳が良い勘違いをしてくれて、ポジティブになるのだと分かりました。また、自分の為、最後は自分だと思って今まで努力してきたけど、親や指導者、今までの恩人のためなどと他人に喜ばせるターゲットを変えることで、自分の持っている力以上、120%の潜在能力が出せるのだと分かりました。そしてその可能性を信じ続けること！
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 目標を声に出し笑顔で生活	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 マイナスの発言や行動を無くしプラスの面を増やしていきたい	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 マイナスな言葉を3.2.1で置き換えます！	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 どんな状況でも、プラスの動作をして、常に胸を張って堂々と生きること
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ メンタルについて理解を深めることができとてもいい経験ができました。第三弾も聞きたいのでまたお時間合いましたら、よろしくおねがいします。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今回初めてのメンタルトレーニングを行い最初はどんなことをするのか分からなかったけれど受講してみたらとても楽しく学ぶことが出来ました 教えてもらった本気のジャンケンや三秒ルールをこれから実践していきたいと思えます	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ また次回もよろしくお願いします。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 教えて頂いたメンタルを今から実践していき、もう一度夢を明白にして努力をしていきたいと思いました。

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？	本日の講習会はいかがでしたか？
満足した	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） 感謝の言葉を伝える事の難しさと大切さ……。最近職場ではありがたいという言葉を意識して使うようになっています。 ネガティブ思考になりがちな時こそ感謝の気持ちや笑顔がポジティブ思考に変換してくれるという事に改めて気付きました。 行動・表現が大切だということについてはおもしろいなぁと感じました。ネガティブ発言をしながらスキップするのは確実に行動の方が勝っていました。 褒めて伸ばす!!を心掛けていましたが、最近はプレッシャーとなる言葉掛けをしているように感じましたので、温かい言葉をかけ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） 今日の講習を受けて、自分は夢があるけど、曖昧であったため、叶わなかったとしても自分が思う夢を諦めない、どうせこうだからっていう考えを無くしていこうと思った。自分の考えを全てポジティブに捉え、強気な自分やワクワクした気持ち感謝をすることを忘れずに日々取り組んでいきたい。人生の差は思い込みの差と先生に聞き、思い込んでいることは自分にはたくさんあると思った。やる前から大丈夫かなって思ったり、ブレーキかけたりするのではなくまずやってみようと思えるようになりたい。	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） 四つメンタルの道具については、家でいつも子供に伝えている事でした。エビデンスがない中で伝えていましたが、今日の講義に参加した事で改めて自信を持って息子の背中を押していこうと思います。 ただ、結果が出ない時や道具の使い方を相手に理解してもらえない時に何度も挫けそうになっている事も事実です。 道具の使い方が間違っていて伝わっていないか その点も息子と話ながら、プレずに大きな夢を目標に設定したまま頑張ろうと思います。 ピリギヤルの先生のように、信じてくれる人が近くにいる事も大切だと思っており、せめて親だけでもその存在になれるように、いいねー！を頑張ります。	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） 自分の育て方を振り返ることが出来たり、子供が研修を受けたあとに、目が輝き楽しく話してくれたことが印象的でした。選手の顔を見ているだけでまだまだ力を発揮出来ない選手が沢山いるんだろうなと思った。育てる環境の中で感謝やワクワクなど沢山教えてきたつもりだが、つもりになっていただけなのかとも反省させられました。俺たちまだまだやれるんだと思わせていただける講義だったと思います。夏大前の大事な時にこのような話しが聞けて本当に良かったです。子供たちの可能性を引っ張り出してくださるエッセンスを撒いてくださり有り難いです。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 帰宅した子どもに「笑顔で」おかえりを言う事。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 感謝を忘れないことと、当たり前だと思わないことを常に思っていきたい。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 マイナスの言葉をポジティブに変える	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 仕事ではマイナス発言は避けること、子供に対してはポジティブシンキングになれるような声かけをしていきたいと思います。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ お忙しい中素敵な講習をして頂きありがとうございました。気持ちひとつで大きな力が出る事は何となく感じる所はあっても、それをどう引き出していいかわからないのはよく分かっていませんでした。～しなければいけない……という思いに囚われている部分がある事に気付かされました。 夏が近付くにつれ、保護者には険しい表情をする方が増えていきます。高校野球は彼らの野球です。彼らが後悔のないように楽しくプレーできるようにサポートしてあげたら嬉しいなと思いました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 為になるお話をしてくださりありがとうございました。今日の講習で学んだことを今後意識して生活していきたいと思います！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日は本当にありがとうございました！ 県岐商が変わる姿をぜひ見ていただきたいと思います！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 全く飽きさせない講義でした。何度も何度も涙がこぼれました。自分も片耳聞こえなかったり両足人工関節だったりとハンディありますが、明日からもっと自分を労り元気に生きていきたい。この子たちと甲子園行きたいって思いが強くなりました。担任の名張先生の活躍も知れてうれしかったです。ほんとに有意義な時間でした。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？	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	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） 有永さんの話を聞いて、メンタルの重要性についてよく知ることができました。メンタルを保つためにはイメージ、言葉、動作、表情の4つが必要ということが分かったし思い込みをすることでパフォーマンスを最大限発揮できることが分かりました。そして脳の力はイメージを実現することができることが分りました。さらにパフォーマンスを最大限発揮できる心の状態は自信とワクワクと感謝の3つということが分かりました。日常生活でも活かしていきたいです。	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） 今までマイナスの思考とか言葉を口にするが多かったけど、今日の本気のジャンケンなどプラスの行動やマイナスの言葉をすぐにプラスの言葉に変えないと、最大限のパフォーマンスを発揮できないし、自分の可能性を広げられないと思いました。また大きな夢をイメージしてその夢に向かって諦めないことでどんな夢でも叶うことや、日頃からいるんな場面で感謝伝えたり、笑顔など常に明るく元気な表情をすることが大切だと思いました。	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） 自分はバッテリーボックスに入ってからこう打とおどか逆にこのコースは打っちゃダメだから考えるのやめようかと思いながら入るんですけどダメなことを考えてプレースると嫌でも頭にダメな思考があつてダメだとわかってるコースを振ってしまうことが多々ありいらない思い込みがあるんだなと今日気づけました。なので試合中はマイナスなことは考えずに常にチャンスで回ってこいと強い気持ちを持ち笑顔でワクワクしながらプレーをしたらいい結果に繋がると思いました。	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） イメージや思い込みについて実際にやってみて、表現することがとても楽しかったし実感できました。僕は、試合でミスをした後に落ち込んでずっと引きずりがちなので、そんな時こそ落ち着いて笑えるくらいの余裕を持ちたいと思いました。本田圭佑選手や大谷翔平選手などのように、大きな夢を持つことにより、普段の厳しい練習のモチベーションを保つことにつながると思うし、コツコツと小さな目標を積み重ねていけると学びました。自分が野球ができることは当たり前じゃないので、両親、先生、仲間などに感謝をしてプレーしていくことが大切だと改めて分かりました。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 大きな夢を持つこと	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 どんなときでも明るくポジティブでいたいです。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 なにを言われても笑顔で返事！	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 前向きな考え方をする。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今までメンタルのことについてはあまり考えていなかったけど有永さんのおかげでメンタルに対しての考え方が変わりました。ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日の講習でいろんなことが大切だとわかったので実践したいと思いました	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日はありがとうございました。 自分はあるんな講演会に行ったことがありいろんな話を聞いてきました。でもどの講師の先生も「マイナス思考に入ったら負けどんな状況でも楽しめ」と話されます。自分自身のメンタルは自分で確保自分でポジティブに変換してプレーしなければならないと改めて思いました。心が変わらなければ行動も変わらない＝結果が出ないこんなサイクルにはしたくないので野球が好きな気持ちをブラさず今後もやっていきたいと思います。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ メンタルトレーニングを通して、これからの自分のレベルアップに繋がります。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？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ 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） いつも、自分はイライラした時にそれを口に出したりモノに当たったりしてき ました。けどそれは、ストレス解消にあたるものではなく、余計自分を悪い方 へ導いているのだとわかりました。イライラする時の原因は自分のミスによ るもので、自分を常に追い詰めていました。しかし、イチロー選手や本田圭佑 選手の動画を見ていると、ミスするのは一流も同じで、ただそのミスの捉え方 が自分らとの違いなんだなと気がつけた。一流はミスは成功するための通り道 と考えていて決して恐れてはいない。そこを今日は知れてよかったです！自分 は常にニコニコしていて、笑顔とポジティブなことばかり取り柄だと思っている ので、あとはミスをどう今後のプレーに繋げられるかを気にし、閉じていた蓋、 可能性を広げ更なる高みを目指します！	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） 思い込みという1つの考えをするだけで結果が変わる事が印象に残りました。 また大きな声を出してポジティブ思考になると気持ちが前向きになってとても 楽しかったです。本気のジャンケンや自分に言い聞かせたりする事によって体 が変化したり暖かくなったりして気持ちがスッキリしてたのでこれからも続け ていきたいです。これから夏に近づいて行くので非現実的なゴールでもいいの で今からつくり夏岐阜県の頂点になって甲子園で活躍するので応援お願いしま す。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） 今日の研修を聞いて自分には無い考え方が多くて緊張を楽しんだりすることが 出来ないことが多いです。ただとそこで無理やりでも笑顔を作ったり、プラス の言葉を発することですこしでも楽に行けることがわかったので実践したい。 また、感謝はしているつもりだったけど、あまり伝えたりできていなかった。 だけと感謝の気持ちがないと勝てないと感じたし感謝すること自分も変わ れると思った。なので自分のためにも他人のためにも、結果を残すために、感 謝を忘れずにプラスなメンタルでやっていきたいなと思った。	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） メンタルの強い弱いなどは無く考え方を一つ変えることで緊張する場面でも緊 張し力むことなく実力を発揮できることが分かりました。また、周の人に何を 言われても自分の夢や目標を強くもち挑戦し続ける事が大切だと気づきまし た。 今までは野球をすることが自分のためとばかり考えてしまっていたが、これか らはいつもそばに居てくれる父や母といったお世話になっている人に恩返 しをするつもりで一生涯がんばっていき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。 自分はプロへ行くんだと大きな夢を掲げ、それ相応な行動を共にし、本日教 わったことも武器にします！	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 肯定の言葉を言い続ける 感謝を忘れずワクワクする野球を自分たちで作り上げる	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 マイナスな言葉を3秒でプラスに変える 感謝を伝える	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 マイナスな事を考えてしまった時はすぐにプラスな言葉に言い換えるようにし ます。 常にお世話になっている人へ感謝の気持ちをもって生活していきます。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ とても楽しくて自分の在り方を大きく変える講話でした！本当にありがとうございました！また機会があればお願いします！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ とても楽しい5時間でいいねや拍手だけでこんなに盛り上がるのはすごいと思 いました。 自分にとって為になる公演を聴くことができて良かったです。ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ とても面白くてためになる話をありがとうございました。有永先生の言葉を忘 れずに戦っていきたいと思います。またの機会がございましたら、よろしくお 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！ 本日はお忙しい中ありがとうございました。 今後は考え方を1から考え直して人として成長できるように頑張っていきます。 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？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ 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） 今日の研修を受けてまず脳は入力よりも出力を信じるので思ったことや考えたことは言葉にしたり行動、表情などで表していきたいと思いました。最強のメンタルとはワクワクや感謝という感情が大切だと知りました。そのために可能性に気づくことやメンタルブロックに気づくこと、思い込みの力を知ることが大切だと知りました。夢を叶える方程式は心×行動が結果に繋がるのでこの方程式をしっかりと覚えたいと思いました。今日1番大切にしたいと思ったことはプラスの出力です。何かマイナスなことがあった時にどのようにプラスの言葉などに変えられるかがこれからの練習や試合で役立つと思ったからです。そして感謝やワクワクの感情を忘れないように週間的にしたいと思いました。	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） 自分は自分の可能性は300倍とかくらいだろうと思っていただけと、3万倍もあると言われていたから自分で限界を決めずに、可能性を広げていきたいと思いました。パフォーマンスを最大限に発揮するためには、自信、ワクワク、感謝この3つを大切にします。自分は、本田さんの言葉が心に残っていて、大きな夢をつくり、その夢を意識して、その夢をあきらめないこのように言っていてそれをあきらめずにやって実現しているからああいう大きな選手になっているので、あきらめないことを自分も真似していきたいです。	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） 今回の講習を聞いて自分のことを信じることによってパフォーマンスを最大限に発揮することが出来るということが分かり、どんなに技術があっても心が弱いといざと言う時に発揮できないということがわかった。また、考え方によって身につく能力似ることができることがわかった。試合で活躍しているイメージをしてそのイメージが現実になるように日々の練習を頑張っていき、両親や先生、仲間などに感謝の気持ちを忘れず大きな夢を持ち、自分の可能性を信じてこれからやっていく。	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） 自分は今までの野球人生で失敗ばかり選んで損ばかりしていると自分でも思っていたし仲間からも言われていました。でも今日の講習を聞いて全て成功への壁だという事を知れて小学校からの毎日の練習が無駄ではなかったという事に気づき救われたような感覚になりました。また人間の可能性は無限大という言葉がとても印象に残ってます。どうしても年を追うごとに現実主義になってしまい自分で自分の可能性に蓋をしてしまっていることにも気づくことが出しました。これからは大きな夢を見ることを大切にしていきたいです
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 マイナスのことをプラスの言葉などにして切り替えなどをしていきたい。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 試合の打席に入る前とか、緊張しているときにボルトがやってた無理やり笑顔を作ること	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 どんなにきつくてもポジティブに捉えてやっていく。 試合の時は自分を信じて自分は最強だと思い込むことによって力を発揮できるようになるのか実践してみたいと思いました。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 たくさん笑う事
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ とても勉強になったしこれからもいろんなこと見知りたいたいと思ったのでまたお願いします。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 有永さんのおかげで野球に対する思いもわったし、両親に感謝を伝えることの重要さを改めて感じました。ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今回の講習を聞いて一流の選手は僕たちともちろん技術はそうだけど、考え方やメンタル強さが全く違うことがわかりました。 残りの講習も気になって聞いてみたいと思ったのでまた機会があればよろしくお願いします。 今回の講習を活かしてチーム目標の全国制覇できるように頑張っていきます。 ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 長い時間でしたがありがとうございました 自分はあっという間に過ぎてしまったという感覚でとても楽しく充実した時間でした またよろしくお願いします！

本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ 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） 今日の講習を通して、自分の可能性の高さに気づくことができました。そして 今まで失敗の経験から自分の可能性に蓋をしていましたが、それがただの勘違い という事、失敗は決して悪いことではなく自分を大きく成長させるための重要な 材料ということを深く理解することができました。 言葉、表情、動作はとても大きな力を持っているということが心に残りました、 特にボルト選手が世界陸上の新記録を出す前無理やりでも笑顔作っていたことが 心に残りました、言葉の力でも、ありがとうという言葉は絶大な力を持った魔法 の言葉ということに気づきました。また、自分の体で、[なんとかできる] と言った人を押すより[自分は最強]と言った人を押した方が、強く言葉の力に ついて半信半疑であったのが、確信に変わりました。	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） メンタルと言う考え方がこれまで深く考えた事がなかったけれども、講話を聞 いてたくさんの可能性を秘めている事にすごく驚き、様々な方面で活躍されて いる方がいて印象的でした。 一流のアスリートなどの言葉や、小学生の卒業文集の言葉が、とても明確であ り、細かく年表で目標が具体化されていた事に関心しました。 始めは5時間がどんな時間になるのか、と思いましたが、とても内容が濃く充実 したアツと言う間の素敵な時間が過ごせ、忘れる事のない経験ができてとても感 謝しております。 今日から生活に活かしていくのも自分次第だと知り、参加して良かったと思い 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） 今日の講話を聞いて、自信とワクワクと感謝の3つを大切にしていこうと思い ました。今までの自分は勝手に自分の限界を決めていたりすることがあり メンタルブラックをしていたけど、3万倍も自分の可能性を広げれる可能性があ ることが分かったので、大きな夢を描いて良い思い込みや良い勘違いをしてど んどん夢や目標を口に出していこうと思います。また、成功している人は鮮明 に明確なイメージを描いていて、挑戦せずに成功はないので失敗してもプラス に置き換えてチャレンジしていこうという気持ちになりました。	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） この講習を受けこれから生きていく上で自分自身で大切にしたいと思ったこと がある。それは無理だと思ったことでも諦めずにやることだ。自分は簿記が苦 手で日商2級の勉強をしていても「自分はどうせ受からないし」などネガティブ な考えをしていました。だけどこの講習を通してビリギャルの可能性を信じだ り、だったりアスリートの鮮明なイメージを描いていたりしている事を改めて 学び自分も不可能だと思っている日商2級合格も絶対に諦めないで合格してみせ る。この考えは他のこれからの立てていく目標でも行かされると思うから意識 していきたいと思う。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 マイナスの言葉を吐くのやめる、吐いてしまった時にはすぐに言い直す。 自分の限界を作らない、また失敗を恐れず積極的に、色々なことへと挑戦して いく。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 プラスの出力（3秒ルール）や肯定の言葉、感謝の気持ち	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、小さな目標を1日1日作り、その小さなことを積み重ねていこうと思 います。 笑顔でプレーして感謝の気持ちをを忘れず、特に親のために頑張ってください。 うまく行かない時、マイナスな言葉をプラスの言葉に置き換えて、常にポジ ティブで逆境のチャンスだと思ってプレーします。 マシン入れやグラウンド整備をしてくれる人などへのありがとうをしっかりと伝 えていきます。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 否定語を使わずに肯定語を意識して使う。 3秒ルールのものをやる。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 本日は本当にありがとうございました。 自分ではなかなか考えない視点でのお話がとても面白くて勉強になりました、 また広陵に勝った時の英数学館の試合をサポートしていたということがすごく 驚きました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今回このような機会に参加でき、たくさんの素敵な気持ち（メンタル）を持つ 事の大事さを学びました。 まだまだ他の分野も気になったので、また機会があれば是非お聞きしたいと思 いました。 素晴らしい講習とお時間をありがとうございました。 家族にも今日の話をしたいと思いました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日の講話を聞いて、ネガティブなことを考えてしまっていたけど、ワクワク して常にプラスなイメージでやっていたと思うようになりました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 自分は今まで目標を立てても無理だーと思って諦めることが多くありました。 だけどこの講習で実際にアスリートや同じ高校生などが無理だと思ったことでも 諦めずに一丸となって叶えている話を聞いて自分もこうなりたい！と変わりたい って強く思うことが出来ました。順調に行けばまだ人生先が長いと思うので夢を 大きくもちそれを叶えるために日頃から言葉や感謝に気をつけて行動してい きたいです。本日は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？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ 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） 自分は今日の講話を聞いて、自分が今野球をできているのは当たり前ではなく、周りのサポートや親が丈夫な体で産んでくれたおかげで一生懸命野球をすることができていると改めて実感しました。また自分の人生を変えることができるのは自分の思い込みということをしれたことがとてもいい勉強ができたと思います。エラーをしてしまったり、ネクストサークルで待っているときも自分なら絶対にできると信じてやってみればいい結果が出ると思うので実践したいと思います。	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） 人は生まれながらにしてポテンシャルは一緒だけど、差が生まれてしまう原因として思い込みの差があるということが、人生の差に繋がってくることにすごく共感できました。自分自身今までの人生の中でうまくいったことのほうが少なく、うまくいってる人との違いは努力の差だけなのかなと思っていましたが自分はあるんだ、大丈夫とポジティブに考えることで自信がついて何事もうまく進んでいくのかもしれないと感じました脳は入力より出力を信じるので、これから言葉、動作、表情、状況に応じて出していった自分の最適解を見つけられるといいなと思いました。自分の可能性は3万倍あるので自分の可能性に線を引かずに自分なまだやれる大丈夫と自分の可能性に自分で蓋をしないように常にポジティブ思考で前向きに明るく元気に物事に取り組んでいきます。人に教えることによってさらに理解が深まるので、それは勉強にも活かしていきたいと思いました。	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） 研修をうけて脳と野球が深く関わっていると思いました。自分の可能性が3万倍あるとは思わなかった。自分は無理だなどのマイナスなことばかり考えて自分に壁をつくっていたとおもった。思い込みの差で人生に差がひらくことが分かった。鮮明なイメージをすることで目標の達成に近づく。一度見えたことはずっと同じように見えるのでよいイメージを見えるようにしたい。また言葉の力もすごいと思った。プラスな声を出すことで最高のパフォーマンスにつながるがマイナスな声を出すとはパフォーマンスの低下につながる。声から心や未来をつくっていきたい。	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） 研修を聞いて、心に残っているのは、脳は入力よりも出力を信じるということです。今までの自分は、すぐにマイナスなことを心で思ったり、言ったりしていて、自分の可能性にフタを閉じていたけど、それをプラスな言葉に変えることで、気持ちさがプラスになるし、可能性もプラスになって野球人生だけではなく、一生通して幸せに生きていけると知れた。本田圭佑が言ったように大きな夢を持ち、それを毎日意識して考え、自問自答をし、諦めないということを大切にして、これからの高校生活を送っていきたい。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 自分の夢の鮮明なイメージをする	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 何事もポジティブに考える	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 イメージをもつこと、プラス言葉をしゃべる、感謝すること	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 いつでも笑顔で生活する
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日はとても貴重な講話をしてもらってありがとうございました。今日教えてもらったことを夏の本番にやって甲子園にでれるようにがんばります！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 何事にも前向きに自分を信じて努力していきます！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 考え方が変わりました。ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ メンタルの基礎について初めて学べたのでとてもいい経験になりました、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？	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	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） 今日の研修から自分の1番のパフォーマンスができていた時の気持ちは、バッターを抑えられる自信があってキャッチャーの構えたところに投げ切れる自信があったということを思い出すことができました。 研修の中であった自分の可能性は3万倍秘めているということを聞いて驚きました。そして多々の一般人はその可能性を自分から蓋をしているということを知りました。それを聞いて自分は考え方1つで3万倍の可能性を無駄にするということはどれだけ努力をしてもあまり伸びないけど考え方を変え、その可能性を努力によってもっと引き出すことができたらもっと自分の能力が上がると思いました。そして高校での試合への気持ちと自分が1番のパフォーマンスをした時の気持ちの大きな違いに気がつくことができました。1番のパフォーマンスをしていた時は打てるなら打ってみようとかっから立ち向かうような気持ちだったけど高校ではその気持ちで投げれていないと思います。それはまだ自分にそれだけの自信がないからだと思います。 その自信はもちろん努力と考え方が必要だと思います。自分がバッターに立ち向かうような気持ちで投げている姿をイメージしそれに必要ことを一つ一つできるようにしていくことが大切だと考えました。 そして人生は思い込みの差や心×行動＝結果など精神面も様々なことに影響して くることを知ったから考え方をこれまで以上に大事にしたいと思いました。	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） 人生の差は思い込みの差という言葉にすごく共感しました。限界だと思っていることは、自分だからこそ気がつく自分のマイナス部分に注目し、自分で作り出したものに過ぎないということ、反対に可能性は無限であることに改めて気が付きました。 またメンタルの4つの道具の中でも、思考よりも言葉、それよりも動作や表情が大切であることを学び、これらは息子だけでなく私も心に留めておきたいと思いました。 そして、目標を達成した一流のスポーツ選手の言葉が息子にストレートに届き、野球に向き合うメンタルに良い影響を与えていただけたのではないかと思います。	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） とてもわかりやすく、楽しくあっという間の時間でした。 夢は持ちつづけられ、必ず叶うそれをするためには行動、動作、言葉が大切であることや思うだけでは叶わないので、言葉にだして言い続けけることが必要 それと今こうして野球がてきるのは あたりまえではないこと、感謝の気持ちを持つこと子どもに響けばいいなとおもいました。 仕事をする上でもみかたをかえたりマイナスのことはよりプラスの言葉のほうが いいことがわかりました。	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） 潜在意識について、プラスの言葉を使う、感謝について知ってはいました。でも、今日の講習を受け潜在意識への働きかけ、プラスの言葉を使う意義など実践方法を学ばせていただき、やってみようと思えました。 職場でも『今日も絶対調だね』というのが合言葉になっているのですが、間違っていないかったのだと。だから、職場の人間関係も雰囲気も良いのだと思いました。 子供の心にもしっかりと響いてくれていると信じています。 今から実践していこうと思います。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 考え方をプラス思考に変えて自分の可能性を無駄にするような考え方をして取り組まないこと 3秒ルールでマイナスな発言をした時には言い直すこと 人生は思い込みの差 心×行動＝結果	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 家庭内で3秒ルールを取り入れようと思います。 無意識にマイナス言葉を言ってしまうことはこれからもあると思いますが、気づいたら3秒声に出してカウントし、プラス言葉に変換できるよう心掛けます。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 今の夢ややりたいことを言葉にだして言ってみる	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 ☆毎朝、子供と自分にプラスの言葉がけをする。 ☆感謝の言葉を伝える。 ☆年だし、と否定的にならずワクワクすることにチャレンジする。 ☆どんな時も肯定的な言葉を使う。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 自分はいつも技術のことや努力の仕方ばかり考えてしまっていて気持ちの持ちようや考え方に関しては何も考えずに生活していてマイナスなことを考えたりしていたけど、人生は思い込みの差や心×行動＝結果ということを聞いてそのことを常に意識して生活したいと思いました。 この今日の講義の時間を無駄にせずこれからの練習や生活を頑張りたいと思います。 ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ あつという間の5時間でした。 子どもだけでなく保護者にとっても大変有意義な講義でした。 今回の講義での気づきは、目標を持つ息子にとって大きなプラスとなったと思います。 これから楽しみです。ありがとうございました。	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！ 今日の講習で何か気づきが得られたらと参加させていただきました。たくさん の気づきがあり、明日から実践しようと思えました。 とても楽しく、さすが元先生！お話も面白くテンポも良く5時間という時間が短く感じました。 こんなに泣いて、笑った講習は初めてでした。 今日の有永先生との出会いに感謝しています。 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？	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	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） 今回の研修でどんな事に対しても前向きでポジティブに行動することの大切さに気づきました。自分ならやれる、自分達なら大丈夫だという思いがあるからこそ予想以上のパフォーマンスが出せるのだと思います。そしてその中には笑顔も必要不可欠なんだと思います。今回の研修で見たなでしこジャパンや星稜の試合は追い詰められていても笑顔が絶えずでっており、まるでこの状況を楽しんでいるかのような感じでした。また改めて「感謝」について考えることが出来ました。どんなことにも感謝の気持ちを忘れずに前向きに活動していきたいと思いました。	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） 自分の中の可能性は無限大にあって、自分ができないと決めつけてしまう事でその可能性はどんどん少なくなってしまうことを学びました。 また、言葉に出して気分を上げるより表情や行動で気分を上げる方がやりやすいことに気づきました。一流のアスリートの小さい頃の夢はどれも世界一になるというものでした。夢は大きい方が自分の人生も大きくなるので、大きな夢を掲げていきたいです。感謝の気持ちを持つことでやる気につながるので、いつでも感謝の言葉を口に出していきます。	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） ・全力ジャンケンの活動を通して、脳は思いや考えよりも言葉、動作、表情を信じることを体感することができた。 ・セーの！いいねー！を全員でやることで活気に溢れ一体感を感じ終始良い雰囲気だった。練習や試合でも生かしてほしい。 ・人生の差は、思い込みの差であること。プラスの勘違いをした方が良い結果に変わる。 ・ワクワクするような夢や目標を明確に持つこと。非現実的な夢くらいの方が良い。 ・常にワクワクのイメージをしながら意識して生活すること。 ・肯定的な言葉をかけることで心がつくられ、結果に繋がっていく。笑顔もチームの雰囲気良くなる。 ・パフォーマンスを最大限に発揮し、潜在能力を引き出す最強のメンタルは、ワクワクと感謝！	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） 自分の可能性について、人生の差は思い込みの差であることが印象に残りました。 私は現実的に考えてしまう事が多く、子供との会話や声かけも否定から入ってしまう事が多かったと反省しました。脳の使い方で夢を叶える確率が違ってくる、プラスの思い込みはプラスの結果を作る事を忘れないようにプラスの出力ができるように心がけてみようと思いました。 また、様々なスポーツ選手の経験談や考え方を聞いて勉強になりました。メンタルが強い事は、考え方の違いである事が印象に残りました。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 笑顔をまずは意識して絶やさずに行動していきたいです。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 表情を常に笑顔意識で明るいイメージでいきたいです。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 肯定的な言葉で子どもたちの成長をサポートしていこうと思います！	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 プラスの言葉や表情を意識し家族に接してみようと思います。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 本日は大変お忙しい中貴重なお話をしてくださってありがとうございました。 絶対に甲子園で活躍します！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今回は自分達のためにお時間をいただきありがとうございます！ 今日聞いた全力ジャンケンやいいねー！！など積極的にやっていき、チームが一体感を出して夏甲子園行きます！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 大変興味深いお話でした。保護者も参加させて頂き感謝しております。子どもたちに関わる大人の考え方も大変勉強になりました。 最後の夏、ワクワクと感謝の気持ちを持って、みんなで甲子園出場！の夢を叶えてほしいと願っています。 また機会がありましたら、参加させて頂きたいと思っています。ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ とても興味深い内容ばかりで参加できて良かったです。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？	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	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） 同じ言葉でも自分自身に思い込めれば様々な捉え方ができることを学びました。自分は失敗を恐れていたことが多く、それでは成功にはたどり着くことはないので、もっと挑戦していきたいです。そして、自分の将来の夢を大きく描いてイチローさんや大谷選手のように絶対に自分の夢を諦めずに自信をもって自分というものを貫き通していきたいです。また、マイナスな言葉をだんだんとプラスな言葉に変換できるように自分ではできんだと思って、努力し続けられるようにしたいです。	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） 他人から教えて貰ったものを今度は自分が他人にアウトプットすることが1番頭に入ってくることが分かりました 野球というスポーツ自体が確率の低いスポーツなので自分が試合に出たら常に笑顔を忘れずに心の底から楽しく元気にプレーをして失敗を恐れずにプレーしていくことを次から心がけたいなと思いました とりあえず大きな夢を掲げてから行動し、何度失敗しようとも最後まで粘り強く諦めないようにします 自分の目標をしっかりと明確にしてその目標を毎日意識しながら行動したいと思います	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） 子供が98点の テストを 持って帰ってきた時に 「おしかったねー」って いってませんか？って 言われた時に 先生の言うとおり 言ってました... 子供の 試合を見た後も とりあえず褒める事は 意識してしてるけど その後に 直した方がいい事も 言ってしまっていました... いいプレーがあっても ダメなとこの方が 気になって 言ってしまってた子供も そっちの方が 気になって落ち込んでしまっていました。 親は 褒めて終わった方が 子供の自信につながるんかなって 思いました。 失敗して 落ち込むけど 本田選手のように 失敗した時に ラッキーと思って 次 直して 同じ失敗を しない事の方が大事な事を 子供達にも 言って あげようと 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） 自分は今まで人生の差が人それぞれあるのしょうがないことだと思っていたけど思い込みの差だということを聞いてとても驚きました。自分の潜在能力も自分の思い込みで制限していて視点を少しでも変えることでプラスの結果に繋がることを知りました。心技体という言葉の中で技が1番大切だと思っていたけど心が1番重要だということもわかりました。どんな気持ちで行動しているかによって結果も変わるしワクワクというようなプラスな気持ちで取り組めばいい結果になります。自分が発した言葉がそのまま自分自身に影響を与え、どうせ無理だろと思えば本当に無理だし自分ならできと思えばできるようになります。だから、マイナスな言葉を言うくらいならプラスな気持ちになる言葉を発し、周りの人も笑顔になれるような人になりたいです。また、感謝の気持ちも忘れずにしたいです。お母さんお父さんがいなかったら今の自分はいないし、ここまで元気に生きているのは頑張って育ててくれたおかげだから恥ずかしいかもしれないけど日々感謝を伝えていきたいなと思います。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 何事にも笑顔で前向きに考えて、行動していきたいです。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 プラスの言葉を常に発することを明日から意識して行動します！	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 子供達が それぞれのスポーツを 自信を持って ワクワク楽しいプレーができるように 試合後とかに 言う事を 考えないといけないなって 思いました。 無理と 決めつけず とりあえず やりたいと言った事を 応援して とりあえず やらせてあげようも 思いました。 マイナスな事を 言わないように 気をつけたいと思いました。 レギュラーとれなくても、諦めずに 夢に向かって おもいっきり やってほしいです。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 ささいなことでも感謝の言葉を言ったり、前向きな言葉や行動で自分も周りも楽しく幸せだと思える人生にしていきたいです。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 実際にやってみることで分かりやすく、楽しくこの講習に参加でき、興味を持つことができました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 気分が乗らない時に自然と笑顔になれる方法を教えてくださいありがとうございます！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日は 下の子達が帰ってくるので 前半しか 聞けなくて とても 残念でした。 とても ためになる話ばかりで ワクワクして 聞いてました。 そっかーとか、その通り!!とか 納得する事はばかりで 日々の行動や言語など 気をつけないといけない事が 多々あって 反省しました... 色々 やる気がおきました。 ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ せーのいいねーとぐっとポーズでほんとに変わるのかかと最初は疑問に思っていたけれど帰るときには体が軽くて話を聞く前とは全然違う気持ちになりました。また、実際に体験することでより納得ができ、たくさんの学びが増えました。言葉や行動の力は想像していた以上にすぐつらいときでも前向きで笑顔でいられるように頑張りたいと思いました。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？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ 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） 何事にも感謝や思い込むことの大切さを肌で実感することができ、とても良い 経験になりました。そして、全力のじゃんけんなので自分の身を持って体験す ることができ、ネガティブな気持ちに一回もならなかったので、とても楽しく 講義を受けることができました！ ディスカッションをするたびに、ハイタッチをし、拍手、いいね！をすること で爽やかな気持ちあになり、仲間との絆もより一層深くなったと思いました。 この他の講義も受けてみたいと思いました！	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） 私は、研修の中で何度も出たきた「思い込みの力」の話が特に印象に残ってい ます。正直はじめは思い込みだけでは対して変わらないだろうと思っていたけ れど、ワークを通して自分で体感したり、話を聞いていくなかで思い込みの力 の強さを知りました。どうせ無理などマイナスの思い込みではなく、自分なら できるとプラスの思い込みをしていくことでそれが実現していくし、とにかく プラスのことをイメージすることが大切だと分かりました。	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） いい結果を残すためには強気、楽しむ、感謝が大切だと分かりました。自分は 強気な気持ちになることが難しいのでまずは自分ならできなどの思い込みを 大事にしたいし誰かのために、なんのためにということにも視点を置いてブレ イしていきたいと思います。もしミスをしてしまってもこれをプラスに考える かマイナスに考えるかで目標への道が決まってしまうので自分の可能性を信じ てプラス思考で取り組んで行きたいです。また普段から言葉使いには充分に気 をつけて明るい言葉を口から出していきたいと思います。	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） 夏大前に、このような貴重なメンタルトレーニングに親子で参加出来た事に感 謝致します。日頃の試合では、ついつい結果にとらわれ過ぎてしまい、子供へ ネガティブな言葉をかけてしまっている自分に気づきました。技術的なサポー トは何もわからないのでできませんが、家族の言葉掛け次第で本人のパフォー マンスを最大限に発揮出来る心の状態にできる事がわかりました。小学生の頃 から、常に感謝の気持ちを忘れずに何事にも取り組むようにと話をしてくてい ましたが、「感謝」する事がとても大切だということを改めて実感しました。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 いいね！を積極的に言っ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。 脳は入力よりも出力を信じるということを知れたので、自分の発言や行動がマ イナスなものばかりにならないように気をつけたいです。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 普段から勉強にしても無理かもしれないと物事に対しての考え方を少しずつ変 えていきたいし常に今過かしていることが当たり前と思わずに感謝をして過こ していきたいです。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 家庭でのポジティブな言葉掛けを意識したいと思います。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 夏大直前や、来年のこの時期にまた来て欲しいです！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 話を聞くだけでなく、自分たちで実践したり話し合う時間も多くて最後まで集 中して話を聞くことができました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日は5時間にわたる講演会ありがとうございました。ひとつひとつのキーワ ードに重みを感じたし、感謝の大切さを学びました。本当にありがとうございました。ぜひまたよろしくをお願いします。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 夏大前にメンタルトレーニングを受講出来た事に感謝致します。選手、家族 は、甲子園出場＝県岐商という気持ちで入学していると思います。この研修が きっかけで、その気持ちは更に強くなりました。絶対に甲子園出場できる！！ チーム（選手、指導して下さる先生方、保護者）の気持ちが一つになり団結力 が増したと思います。そう信じて全力でサポートしたいと思います。

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？	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	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） 今日の講話でメンタルの大切さがよくわかりました。そしてポジティブに前向きに物事を捉えた方が夢への実現により近づけることもわかりました。また夢を叶えるために、諦めないこと、その夢を意識して毎日生活することが大切だとわかったのでこれからの人生でも活かせるといいなと思います。そして、勘違いをするならプラスの勘違いをしようという考えがとても心に残りました。だから、これからもポジティブに自分ではできると信じてがんばりたいです。	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） 今回のメンタルトレーニングのお話を聞いて、聞く前と聞いた後では自分の中で野球はもちろん他の物事に対する意識や考え方がとても大きく変わったと感じました。まず、1つ目の講座では本気のジャンケンが1番心に残りました。この本気のジャンケンを通して、負けても思いっきり喜ぶことで負けたというマイナスの気持ちを無かったことにするぐらいの気持ちの変化があり、ポジティブに物事を捉えることの大切さを改めて分かりました。また、一流のアスリートの人たちは普通の人からでは考えられないくらいポジティブだったのでそこで差がついているのも分かりました。さらに、思い込みや動作、表情が持つパワーにも驚きました。笑顔やガッツポーズなどをするだけでもパフォーマンスが変わるのは驚きました。	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） 今日の講座を通して、自分自身の心や、感情がとても大切だということがわかりました。 人生でうまく行くためには、思い込みの差を変えていくことが大切で、これは、野球の時と同じで、ピッチャーをしている時などで、自分が抑えられると思えば、それが実現するのと同じだということに気づきました。 学んだことは、自分の可能性が3万倍あり、人間の脳は、スーパーコンピューターの10万倍すごいということを学べました。このことを学んで、自分にはまだ可能性があり、引き出せていない力があると思うので、正しい努力をして可能性を引き出せるようにします。	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） 今日の研修から日頃当たり前だと思っていることに感謝することが大事だと思いました。またマイナスの思い込みはマイナスの結果を作るので自分はプラスの思い込みをしてプラスの結果が作れるようにしていこうと思い、視点が変われば結果も変わると有永講師もおっしゃっていたので日頃からいろんな視点から見ていくことが大切だと学びました。また人生の差は思い込みの差とおっしゃっており、自分で自分の限界を決めたりせずに、絶対にできると思い込んでやっていきたいと思います。 また心×行動＝結果とおっしゃっており、普段の練習からめんどくさいとか嫌だなと言うマイナスの感情で行うのではなく頑張ろう、やってやろうと言うようなプラスの感情でやっていけるようにしていこうと思いました。 アスリート（イチローさん、本田圭佑さんなど）は小さい時から鮮明なイメージを持ち描いていたので自分も細かいくらいまでイメージをし、自分の夢を叶えられるようにしようと思います。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 前向きな言葉をどんどん発言しようとおもいます。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 大きな夢を掲げ毎日意識する、笑顔	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 自分の夢はプロ野球選手になることなので、今以上に夢を意識し毎日少しずつ目標に近づけるようにします。パフォーマンスを最大限出すために、自信をつけられるように、日々最善の準備をします。プラスの思考で。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 自分の可能性を信じ、いろんな視点から物事を考えていきたいと思いました。また自分の目標を日頃から意識してイメージし、それが実現できるような行動をとっていこうと思いました。
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 本気のじゃんけんや、いいね！がとてと楽しかったです。楽しくワクワクしながら物事をする事の大切さがよくわかりました。これからの生活にもどんどん取り入れたいです。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 有永さんのお話を聞いて自分の中での考え方がとても大きく変わりました。また機会があれば他の講座も聞いてみたいです。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日勉強になることが多く、とても充実した時間を送ることができました。実践したいことも沢山あり、どんどん自分が成長できるような気がしました。今日は、ありがとうございました。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 有永講師がおっしゃっていたよう自分の可能性を信じ、限界を決めずに最後まで諦めず取り組んでいこうと思います。 本日は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？	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	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)	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)
今回のメンタルトレーニングを終えて、今まで自分の可能性に蓋をしていることが分かり、テストではクラス1位にはなれないと決めつけ大した目標も立てずに挑んでいた。しかし、それはなんの成長にも繋がらないため、大きな目標を持ち、失敗を恐れず挑戦を続けていきたい。そして視点を変えたり、常にプラスの思い込みをしたりして、プラスの結果へと繋げていきたい。マイナスの言葉を使いたくなるかもしれないが使ってもそれをプラスの言葉に直し、チームメイトみんなどんな場面でも笑顔で日本一を目指したい！	私は今回の研修を受けて、第一講義では夢（可能性）についてで、第二講義ではその夢を達成するための能力発揮についてよく理解することができた。具体的はどういうところを学んだのかというと、まず始めに第一講義では主に夢（可能性）についてで、1番大切な事はいかに潜在意識をプラス思考で引き出し、夢・目標を鮮明にイメージできるかというところである。潜在意識は主に人の中の無意識に存在する意識のことで、潜在意識をプラス思考で引き出すことによって自分の可能性が3万倍にも広がる。人生の中でうまく行かない人は、潜在意識の中でマイナス思考が入り混じっている。例えば目標に対して、どうせ達成できないから本気で取り掛からなくて良いと思っていたり、甲子園なんてどうせ行けないというマイナスの思い込みがたくさんあるのである。その結果、本当に目標を達成できなくなってしまうし、甲子園にも行けなくなってしまうのだ。逆に人生で上手く行く人はプラスの思考をどんどんおこなっていて、潜在意識をどんどんプラスに高めていっているのである。目標に対して、必ず達成できると強く意識していたり、甲子園に必ず行けると意識することによって結果、本当に達成できたり、甲子園にも行けたりするのである。このように、潜在意識は「思い込み」の差で大きく変わってくるのである。マイナス思考になればなるほど、メンタルブロックをしていって、自分の可能性を閉ざす原因となってしまうのだ。そうならないように、より夢（目標）に対して、絶対に諦めずに、常にプラスに思い込む必要があるのだ。そうすれば必ず夢を実現できる。今回の第一講義では以上の事がよく理解できた。第二講義では能力発揮という事で、四つのメンタルの道具の有効な使い方を学んだ。その四つとは、イメージ、言葉、動作、表情である。イメージでは、夢が叶う、叶わない関係なく明確に夢を思い浮かべる事である。それにより、ゴールからの逆算や何のため、誰のためにという細かいところまで認識する事ができる。言葉ではポジティブな言葉を多く発することによって、シャウト効果が発生し、体のリミッターが外れ潜在意識が解放される。動作、表情ではハイパワーポーズとローパワーポーズがあり、ハイパワーポーズはローパワーポーズに比べ、通常の値からストレスホルモンが25%減少し、勝負ごとへの好影響が86%も上昇する。なので大声で笑ったり、ガッツポーズをしたり、プラス的な動きを多くすることによって大きな能力発揮につながっていく。イメージの項目で少し触れたが、何のため、誰かのためというところで「感謝」が大事になってくる。今、普通に生活できている事は当たり前なことではない。多くの人が関わって今を生きているのである。だからこそ、そういった全ての方々に感謝の気持ちを忘れず、恩返しをする思いで日々を生きていく。これこそが能力発揮の最大の力となるのである。以上の事を第二講義で学んだ。まとめとして、今回講義を受けさせていただいて本当に良かったと思う。自分は今まで怪我をしていて、結果が出せず、正直、気がとても落ち込んでいた。しかし、今回の講義で、思い込みでどれだけでも成長できるという事がわかり、これからは失敗したとしても、苦しくても、常にプラス思考を心がけ夢に向かっていこうと強く思えた。また、感謝を忘れては行けないというところに改めて気付かされた。今こうやって高校に行けて、野球ができるのは親のおかげであり、恵まれた指導者、ライバルのおかげなのである。だからこそ、いつも感謝をして生活し、それに応えるべく、感謝の気持ちをモチベーションに、自分の成長に繋げていきたい。今回は本当にありがとうございました。これから人生に必ず活かしていきます。	私は今回の研修を受けて、第一講義では夢（可能性）についてで、第二講義ではその夢を達成するための能力発揮についてよく理解することができた。具体的はどういうところを学んだのかというと、まず始めに第一講義では主に夢（可能性）についてで、1番大切な事はいかに潜在意識をプラス思考で引き出し、夢・目標を鮮明にイメージできるかというところである。潜在意識は主に人の中の無意識に存在する意識のことで、潜在意識をプラス思考で引き出すことによって自分の可能性が3万倍にも広がる。人生の中でうまく行かない人は、潜在意識の中でマイナス思考が入り混じっている。例えば目標に対して、どうせ達成できないから本気で取り掛からなくて良いと思っていたり、甲子園なんてどうせ行けないというマイナスの思い込みがたくさんあるのである。その結果、本当に目標を達成できなくなってしまうし、甲子園にも行けなくなってしまうのだ。逆に人生で上手く行く人はプラスの思考をどんどんおこなっていて、潜在意識をどんどんプラスに高めていっているのである。目標に対して、必ず達成できると強く意識していたり、甲子園に必ず行けると意識することによって結果、本当に達成できたり、甲子園にも行けたりするのである。このように、潜在意識は「思い込み」の差で大きく変わってくるのである。マイナス思考になればなるほど、メンタルブロックをしていって、自分の可能性を閉ざす原因となってしまうのだ。そうならないように、より夢（目標）に対して、絶対に諦めずに、常にプラスに思い込む必要があるのだ。そうすれば必ず夢を実現できる。今回の第一講義では以上の事がよく理解できた。第二講義では能力発揮という事で、四つのメンタルの道具の有効な使い方を学んだ。その四つとは、イメージ、言葉、動作、表情である。イメージでは、夢が叶う、叶わない関係なく明確に夢を思い浮かべる事である。それにより、ゴールからの逆算や何のため、誰のためにという細かいところまで認識する事ができる。言葉ではポジティブな言葉を多く発することによって、シャウト効果が発生し、体のリミッターが外れ潜在意識が解放される。動作、表情ではハイパワーポーズとローパワーポーズがあり、ハイパワーポーズはローパワーポーズに比べ、通常の値からストレスホルモンが25%減少し、勝負ごとへの好影響が86%も上昇する。なので大声で笑ったり、ガッツポーズをしたり、プラス的な動きを多くすることによって大きな能力発揮につながっていく。イメージの項目で少し触れたが、何のため、誰かのためというところで「感謝」が大事になってくる。今、普通に生活できている事は当たり前なことではない。多くの人が関わって今を生きているのである。だからこそ、そういった全ての方々に感謝の気持ちを忘れず、恩返しをする思いで日々を生きていく。これこそが能力発揮の最大の力となるのである。以上の事を第二講義で学んだ。まとめとして、今回講義を受けさせていただいて本当に良かったと思う。自分は今まで怪我をしていて、結果が出せず、正直、気がとても落ち込んでいた。しかし、今回の講義で、思い込みでどれだけでも成長できるという事がわかり、これからは失敗したとしても、苦しくても、常にプラス思考を心がけ夢に向かっていこうと強く思えた。また、感謝を忘れては行けないというところに改めて気付かされた。今こうやって高校に行けて、野球ができるのは親のおかげであり、恵まれた指導者、ライバルのおかげなのである。だからこそ、いつも感謝をして生活し、それに応えるべく、感謝の気持ちをモチベーションに、自分の成長に繋げていきたい。今回は本当にありがとうございました。これから人生に必ず活かしていきます。	本日の研修では思い込みがいかに大切かということが分かりました。結果を出す為には心×行動が必要であり行動(練習)だけしていても心(感情、表情、やる気etc)がなかったり気分が落ち込んでいたりすると結果は悪くなる。また感謝とワクワクがとても大切なことだった。感謝では両親や監督コーチや友達など沢山の人の向けて感謝が必要でありこれを常に意識しないとけません。ワクワクではふざけて楽しいといった違うワクワクを起こすのではなく 真剣に取り組み疲れた中でも楽しむそんなワクワクが大切であると分かった。
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。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。
常に笑顔 	•きつい練習を行う時は笑顔で行う。 •打席に入る前に自分が1番と言い聞かせて打席に入る。	•きつい練習の時こそ笑顔を作る。 •打席に入る前に自分が1番と言い聞かせる。	日常でもマイナスな発言や行動は出ると思うけどそれが出た時321と数えてプラスの言葉や行動にすぐ変えられるようにしたい。
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！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！
今回の講話はとても身になりました、これからの生活を変える起点となりました。この度はありがとうございました。	本当にありがとうございました。有永さんの話はとても面白く、今後の自分の人生に良い影響を与えてくれるものとなったと思います。必ず結果を残します！見ててください！	本日は本当にありがとうございました！有永さんの話はとてもわかりやすく面白かったです。また、自分の今後の人生に必ず良い影響を与えてくれるなと思いました。必ず結果を残しますので見ててください。全力で頑張ります！	本日はありがとうございました。印象に残っている話は視力検査のランドルト環の事で。今人々や社会は個人の小さな欠点に注目してしまい大きな良い点に気づかない、あるいは気づいていても欠点ばかりを指摘することです。ただ欠点やミスは挑戦したから生まれるのであって何も行動しない人からは生まれないと聞いてミスを恐れずそれを糧にして成長すれば良いと思いました。今日は楽しかったです。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？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ とても満足した	本日の講習会はいかがでしたか？ 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） 今日の研修の中で1番心に残ったのは、挑戦する時の、成功すると失敗する人の考え方の違いのところでした。自分は、有永さんの話を聞く前は、失敗が成功かの二択しかないと思っていました。しかし、有永さんの話を聞いて、失敗をしても、挑戦した自分は、挑戦する前の自分に比べて、必ず一歩前に進んでいる。そして、挑戦と失敗を繰り返していく中で成功する事ができるとわかりました。なので、これからたくさん挑戦して、たくさん失敗して、でもポジティブなイメージや言葉、動作、表情をして、色々なことに取り組んでいきたいと思いました。	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） 自分は1つ目の講座が心に残りました。メンタルトレーニングを通じて、自分の心の持ち方次第で未来が変わることを実感しました。挑戦する気持ちが生まれると、行動も変わります。失敗を怖がるのではなく、学びの機会と捉えることで、前向きになりました。小さな成功を積み重ねることで、自信がつき、可能性を広げられると感じました。結局、可能性は自分の心の中にあり、どう向き合うかで変わるのだと思います。これからはちゃんと目標を大きく持ち何事にも諦めず頑張りたいです。	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） 今日の講習を受けて、脳は入力よりも出力を信じるという事が大変勉強になりました。日頃のつい出してしまうマイナス言葉を控えめにしてプラス言葉にし、マイナスの表情を控えめにして、笑顔で日々過ごしたいと強く思いました。どんな時でも笑顔でいる事が本当に大事だなと思いました。また、本田圭祐の動画であった、夢が叶う3つの約束も印象的でした。一つ目はできるだけ大きな夢を持つこと。二つ目はその夢を毎日意識して考えてイメージして生活すること。三つ目は決して諦めないこと。失敗してもラッキーだと思えて成長し続けるんだと、考え方の視点を変える事の大切さも学ぶ事ができました。	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） 今回、自分が心に残ったことは、自分のパフォーマンスを最大限に発揮する心の状態①自信②ワクワク③感謝の3つが特に心に残りました。自分は、プレーヤーという立場ではなく、マネージャーという立場だけ、自分自身も自信をつけ、常に仲間を信じてワクワク、みんなの追いかけている共通の夢のことを考え、ワクワク、楽しいという気持ちを持っていこうと思いました。また、可能性の話で、これからの自分たちの可能性はまだ3万倍もあり、まー一つたく現状として発揮できていないんだと知りとっても驚きました。脳の話でもあったように、脳は単純だからイメージと現実の区別がつかない。という特性を利用してイメージを常に高く高すぎるくらいにまで設定して、おくことで絶対に届かないと言われていてもさらにそれを変えられる人間になるんだと自分は思いました。人間は、プラスなことばかりしたり言ったりしていたら更なる上の場所に行けるし、プラス思考で全てを変えるだけでも生活が充実したものになるんだと思えました。ないなすな行動、言動を思い出す場面でたくさん自分がこれまでマイナスな言葉や行動をしてきたなーと気づいたし、でもその言葉をプラスに無理やり3.2.1.で変換すると自然と笑顔になれたら周りも笑顔になれたりと、自分の言動、行動一つで自分自身にも周りにも影響はいい意味でも悪い意味でももたらすということにすごく気づいたので、3.2.1の切り替えはすごいと思ったし、必要なことだと今回の研修から学べました。とてもたくさんさんの人生が成功するコツ、方法を学習できたと感じました。
明日から実践しようと思ったことを教えてください。 自分ではできないやあの人より劣っているなどの思い込みを捨てて、自分ならできる、自分だからできるなどポジティブな言葉を発していきたいです。	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 大きな目標を持って諦めずに頑張りたい	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 プラス言葉を意識し、笑顔で過ごします	明日から実践しようと思ったことを教えてください。 じゃんけんをした時に勝っても負けても喜ぶというのがあって、今回自分も全力で喜んですごく心がすっきりしたし、楽しんで、さらに勝ちということをイメージできたので、これからもイメージを大切に明日から生活しようと思いました。 また、第二講義の、マイナスな行動、マイナスな言葉をしてしまった時は3.2.1で切り替えてプラスの行動、プラスの言動にするということは、とても簡単にすぐに行けると思うので、明日からすぐにやりたいし、実際、今回の研修中にやってみて、やっぱりプラスの言葉を言えというほどすごく気持ち的にも明るく、ポジティブに慣れたので明日からすぐにやろうと思いました！
講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今日は、本当に為になる研修ありがとうございました。 今日学んだ、自分の可能性に思い込みというふたをせず、ポジティブなイメージや言葉、動作、表情をして、これからの練習、練習試合そして甲子園をかけた試合に臨んでいきたいです。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ とても勉強になりました！ありがとうございました！	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 本日はありがとうございました。 素敵な講習会で本当に勉強になりました。後半の動画では涙が止まらなかったです。感謝の気持ちが大切にですね。本当にありがとうございました。子供達のこれからが楽しみです。	講師（有永）への感想＆メッセージをお願いします！ 今回は、本当に素晴らしい研修をありがとうございました！自分は、周りから言われたらすぐにそれを信じ、マイナスな発言、行動をしてしまっていたから、自分の可能性を出しきれいになかったんだと今回気づけました。 今までそれをどうしたらいいのか分からなかったけどとても明確でわかりやすい、すぐに行動に移せる方法を教えてくださったのでこれからの人生、これからの試合、すごく前向きにポジティブにやっていけると自信がきました！常にワクワク、笑顔で、新たな可能性を切り開いていこうとすごく心に決めました！ 前を向くきっかけをくださり、本当にありがとうございました！まだまだある講義、全部どれとも聞きたいと自分は思いました！また機会がありましたら、よろしくお願いします！すごく楽しかったです！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？
満足した	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)
私はどちらかというとネガティブ思考の方でしたが、息子を育てているうちに、自然とポジティブ思考の大切さを学ぶ機会が増えてきて、今日のお話も今までの復習のような感じで聞いておりました。 うちの息子は生まれつき左手の指がありません。 上の子が5年生で野球をしていたので、男の子だったらこの子にも野球をして欲しいと思っていましたが、手のことを知った時、野球は出来ないと思いました。 でも未は、大リーガーにも手の無いアボットという選手がいるから大丈夫だと、生まれたその日から言っていて、今日改めて振り返ると、夫が息子の可能性を大事にしてくれ、ポジティブな言葉をかけ続けてくれたおかげで今がある(強豪校と言われる高校で野球が出来る)のだと思いました。 本人の努力はもちろんですが、あの時夫が『出来ない』と思い込まなかったのも良かったのだなと思いました。	『能力発揮』の講座で、メンタルの4つの道具についてが印象に残っています。 思考〈言葉〈動作、表現。まさにその通りだと思います。やはり、日々使う言葉は、人を良くも悪くも変えてしまうと思いました。様々な実験からも実証されていますが、人も体内の多くは、水分なので、かける言葉には気をつけていきたいと思います。 競技と心理の面から考えると、勝ち癖、負け癖...と言葉があるように、成功体験を積み上げていくことは、逆境に負けないチームにもなる気がします。高校野球は、ゴールではないけれど、そこを目指して幼少期から頑張ってきた我が子を思うと、親として、最高のパフォーマンスができるように言葉の環境を整えていくことが応援にも繋がるかな...と思いました。	私は今まで少しでも不安なことがあったり、心配ごとがあったりしたときに、すぐ暗くなっていました。だけど今回の研修で人生の差=思い込みの差だと知ることで確かにそうだなと思いました。良い考えにきてる時や良い考えをしている人はいつも楽しそうだったからです。これからは失敗により成功に近づくということを忘れず、+の勘違いをしていこうと思いました。立場として、誰のために？何のために？も常に考えられるようにしたいと思いました。嫌なことがあっても笑顔でいることは心がけ、マイナスな言葉を発してしまったら自分自身で3.2.1とプラスにできるようにします！わくわくと感謝をずっと念頭においてこれからもがんばっていきます！ありがとうございました！
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。
マイナスな言葉を発しない	3秒ルールとありがたいの伝え。	マイナスな言葉を発したときに3.2.1とやっていきたいし、嫌なことがあっても笑顔！表情だけでも明るく入れるようになろうと思います
もっと親バカになる(もっと子どもの可能性を信じる)		
みんなの意識が変わるとライバルももっと増えてくると思うので、子どもへの導き方を考える		
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！	講師（有永）への感想&メッセージをお願いします！
元々自己啓発的なことに興味があった為、良い機会をいただきありがとうございます。 時間が無くてじっくり受けられなかったのが残念ですが、お話も聞きやすく、楽しかったです。 今回先生方がどのような経緯や思いでこの研修を企画していただけたのかわかりませんが、今年は甲子園は無理、2年後に期待している、と平気で口にいえるらしい指導者さんの脳に驚いてくれていたらいいな、と思います。(←これは心の声です) 親も我が子が甲子園で活躍する姿を夢見て頑張っています。今回の研修で指導者さんの意識も変わったな、と思えて初めて私たち3年生の親にとっては意味のある研修だったと思えるような気がします...	心に響く講座をありがとうございました。言葉の大切さを今後も多くの方に伝えてほしいです。	今回の研修はネガティブ思考多めの私にとってとても刺さりました。今までネガティブに考えてしまったときはポジティブ変換しようとしてきてはいました。ですが、今回でマイナスな言葉を発しそうになってもとりあえず表情だけは明るくいるということやすぐプラスの言葉に変換するなど、自分自身にプラスに思わせることが必要なんだと理解できました！前向きに頑張っていけそうです！ありがとうございました！