

Q8 今回の研修についてお気づきの点・ご意見・ご要望があればお聞かせください。

- とても疲れたけど、ちゃんと聞いていない自分に気づかされてよかった。
- あたりまえの言葉をいつもまにか忘れてしまったことが反省させられました。今後も身近な対応等をやってもらえたらと思います。
- 研修を受けさせていただいて、少し元気が出たように思います。これからしていくヒントをいただけたと思っております。ありがとうございました。
- 演習を交えながらだったので、眠くならなくてよかった。
- 進行が少し早く、理解できない、追っていけない時がある。
- 楽しく研修ができた。一日目は意見を問われるのにドキドキした。でも二日目はなんだか素直に言えそうだった。
- 楽しかったです。
- モーリー最高！！
- 自分が参加できる（動きあり、会話あり）研修でとてもよかった。

Q9 この研修をとおして何か行動にうつしてみよう、やってみようと思われたものはありますか。

- 自分の行動を見直す
- 自分から失敗を恐れず行動すること。
- 「ありがとう」と言う言葉が自然に出るように又素直な気持ちを持っていこうと思いました。
- まずは自分という人間観察を行い、自分の体の守り方を（講座で言われた部分）実践して見たい。精神面も強化についてまた復命をわかりやすく伝える。
- 話を最後までゆっくり聞く。
- 大きな目標を小さく分け、ひとつずつ努力していくこと
- リーダーがメンタル面で不安定だったら部下や他の人のメンタルケアはできないという言葉が印象的で、まずは自分自身だと思いなおしました。
- 聴くことの大切さ スタッフが継続していく時のサポート「ほめる」をやってみる。
- 職場内の研修でいくつかの方法をためてみたいと思った。実際の現場で後輩たちに接する際、取り組んでみようと思った。
- 自己肯定感を高めるための努力。まず相手をほめるところから始めてみようと思いました。
- 自分の疲れ度を知り、早めに対処する必要性。
- 一日の終わりに自分の感情の振り返りをする。事実思考感情、訴えを分析して対応する。心のレベル、身体レベルに質問を分けて対応してみる。
- 自分をみつめなおす。ストレスとうまく付き合う。
- 明日からほめる練習と聞く練習します。
- 「ありがとう」と言う。しっかり評価する。
- 人の話を聞く。→ゆっくり、目を見て（今以上に）自分を大切にすること。頑張るすぎない。

Q10 職場も上司にどのようなサポートを望みますか。

（例；部下の意見をとりあえず最後まで聞いてもらいたい。困った時に、適切なアドバイスをしてもらいたい等）

- 今回の研修は施設からではなく個人で希望して参加したが回数を多くしてぜひ施設からの参加を増やすべきと思った。
- 指導的職員で対応しきれないところのサポート
- 部下の意見を最後まで聞いてもらいたいのはもちろん。いい事をした時はしっかりほめてもらいたい。
- 職員に対して、もう少し受け入れる姿勢を見せて欲しい。そして、将来のビジョンを全体に示していただきたい。
- 意見を聞いてもらい、アドバイスの意見が欲しい。
- ほめて欲しい。
- 勝手に何の相談もなしに業務の流れを変えないでほしい。自分の意見を通して部下の意見に耳を傾けないのはやめてもらいたい。部下のちょっとした変化に気付いてないフリはやめてもらいたい。
- 相手の話を否定的にとらえたり、いやな顔で聞いている長なので変わって欲しい。

- もっと積極的に部下を引っ張って行って欲しい。
- 部下の出張内容から職場にいかせることがあれば積極的に取り上げる様, アドバイスして欲しい。
- みんなの前でフォローしてほしい。あとからのフォローなので。
- やって欲しいビジョンを話してほしい。
- もっと評価してほしい。利用者だけでなく, 職員の人権も大切にして欲しい。
ちゃんと最後まで話を聞いてほしい。ころころと意見を変えないで欲しい。
- 職員全員に気配り, 目配りをして欲しい。(みてもらっていないのではないか)