

プログレに参加したメンバーの感想

～セッション練習会の感想～

■satomiさん（女性）

一人で学んでいるのとは、全く違いました！ 予期せぬ学びがたくさんありました。

参加されている方のお話から、多くの気づきをいただいたり、自分も発言することで、これまで意識していなかったことに気が付いたりもしました。

分野は違って、お互いサポートしたいという気持ちがある方ばかりでとても暖かい空気でした。

今後も参加させていただきみなさんと一緒に成長していきたいと思いました。

ありがとうございました！

■森山さん（女性）

今回のセッション練習会のテーマは、計画とフィードバックでした。

実際にペアを組んでのセッション練習では、コーチ側とクライアント側と両方やってみることで、提供する側と受ける側の立場でそれぞれ感じることもあり、感想や気づきを

シェアしあうことでバリエーションが広がり、楽しく学ぶことができました。

合間に挟まれる、コツやポイント、注意点、考え方など、原子さんの解説もわかりやすく大変勉強になりました。次回もよろしくおねがいたします。

■すうさん（男性）

何よりも、セッションを練習ができる環境があるのは、うれしいです。

モニター募集するまでに練習できる環境はなかなかあるものではない

お金をもらいながら、練習をするのは難しさを感じやすく挫折しやすいと感じています。

（周りで同時期に始めた人が辞めていく理由ではこれが一番多かったように感じています）

セッションの型 ビジネスの型 これは2年やってきた自分にとっても使えるものでした。

はじめて仕事にしていく方には、一つの型があること、練習する環境があることこれはすごくいい環境です。

もし、あらたにセッションやコーチングをビジネスにしたい方だけではなく、もっとビジネスを拡大したい、安定させたい人は受講しないともったいないです。

■原田さん（女性）

セッション練習会に初めての参加でした。

初めての参加で、はらこさん以外は初めてお会いする方たちなのに、「ただいま」と故郷に来たような居心地の良さでした。

今までセッションの練習といえば、一人録画かインストラクターテストという形しかなかったので、だいぶ苦手意識がありました。

その私が緊張することもなく、セッションの練習もフィードバックも自分の思っていることを伝えることができました。

こんなに楽な気持ちで、グループの中に入って会話して楽しいと思うのは、いつからぶりだろう？あっというまの2時間でした。

私、普通にできるじゃん！！と思えたし、「話しやすい」と言ってもらったことが、とても嬉しくて自信になりました。

また、参加させていただきます。ありがとうございました。

■こはるさん（女性）

今日は初めての練習会に参加させて頂きました(^ω^)

どんな方が参加されるのかな？

上手くできるかな？

少しの緊張と不安もありましたが、後半になる頃には

『もっとみなさんと練習し合いたいな』『みなさんのお話をもっとじっくり聞いてみたいな』そして『私の課題や感じている事に対しても客観的に感じる事を聞きたいな』『原子さんの実体験をもっとシェアして頂きたいな』

そんなステキ欲まみれになっておりました★

動画とテキストから学んだ事は、これからもっと実体験を積む必要があると感じましたし、今日の内容『イメージの力』は自分にとって以外と活用していない分野かなと実感しました！

(嫌だと感じる人の姿を大きくイメージするとか、自身のネガティブな出来事、記憶を強固にしするために無意識にイ

メージの力を過去使っていたな、とも振り返れました💧😱
コワイ！)

イメージの力を良い方に『活用できた！』という実感と納得をセルフコーチングで腑に落としていきたいと強く思いました

参加してよかったです！
次回もドキドキワクワクです楽しみです
(^ω^)

■Zさん（男性）

相談をしながらセッションの進め方の解説もあるというのが実践的で、とても良い学びになりました。

しかもグループセッションなので、一度に複数回体験できるのはいいですね。

私自身ティーチングとコーチングのハイブリットは取り入れていきたい部分なので、これからも楽しみです。

■NTさん（女性）

いつもありがとうございます。

本当に楽しく学ばせていただいています。

夢や希望、沢山いただいています。

また、会議や勉強会、どんどん参加させていただきたいと思います。

よろしく申し上げます。

■ヒロシさん（男性）

クライアントの気づきと、その気づきに繋がったコーチの質問との繋がりを認識できるFBがとても理解しやすかったことと合わせて、それがとても価値あることである。と認識できたことが大きな気づきでした。他のワークも色々やってみたいと思いました～

■田中さん（女性）

本日、初めてのセッション練習会に参加させていただきました。

とっても楽しかったです。ありがとうございました。

いただいている動画やテキストでセッションのイメージはなんとなくはわかっていたつもりですが、やはり実際に

やってみる体感してみるとというのは理解の度合いが雲泥の差でした。

頭で理解していたものが、こういうことを言っていたんだと腑に落ちるといふか、改めて認識することが多くありとても勉強になりました。

勉強会はペアとなって進められますが今日のお相手の方は、とてもプライベートなことまでお話いただき、お話の途中で涙され、感情が動いたのがわかったとのフィードバックがありました。

本音でお話いただけたことがとてもありがたかったですし私も同様に心が動いていたことを実感できました。

セッションは、心のふれあいや、人とのつながり、人間らしさや温かさを味わえるもので、人を笑顔にできたり、前向きになっていただくことができる本当に素晴らしいものであることを、心から感じました。

そしてこのようにプログレでは、実際に、ただ動画やテキストで知識だけを肥やしていくのではなく、体験を通して学ぶことは、不安がなくなり経験をすることで自信がつくということがよく理解できました。

また志を一にする方々と一緒に学んでいける心強さと心地よさは楽しさを倍増してくれます。

そんなプログレの素晴らしさをより強く感じ本当に参加させていただいてよかったと改めて深く思いました。

原子さんはじめ、そして多くのお仲間の方々のお力をいただけるこの環境下ならば、きっと私もちゃんとセッションができるようになれると確信に変わっていております。

ありがとうございました。

これからもよろしく願いいたします。

■HKさん（男性）

プログレのビデオが丁寧な説明で、とっても分かりやすく、繰り返し見させて頂いてます。この価値でこの価格は破格！とも思っています～

■KMさん（女性）

実際に対面しての勉強会は、ビデオ講座や、ズームでのセッション練習では得られない空気感や機微に触れ、学びが深まりました。

さらに、催眠や心理、コミュニケーションスキルについて興味が増し、自分の目的を再認識しゴールに向けて気持ちをあらたにしました。

直近のミニゴールもアフメーションすることで、実現できると信じられるところまで納得しました。

ペアを組んでのセッション練習、気付きの共有、交流会など、仲間とのエネルギー交換も大きな喜びです。

また次回も楽しみです。

よろしくお願いいたします！

■筒井さん（女性）

原子さんはもちろんのこと、参加者の皆さんも自然体なので、肩の力を抜いてすんなり入ることができました。

マインドを整えながら、無理のないビジネス展開を学べ、ありのままを受け入れてくれる仲間がいる。素敵なお場所の出会いに感謝です。

～自然体ビジネス会議の感想～

■原田さん（女性）

コーチングが自分にできると思っていなかったなので、みよ
うみまねでやってみました。

友達や知り合いの話を聞いてあげてるような、私がいわから
ないなと思うところを噛み砕いて教えてもらっているよう
な、それでどうするつもりなの？と話に乗っかっていくよ
うな、そんな感じでした。

具体的なアドバイスをしたり自分の意見を押し付けたりし
なくても、相談している人が自分でイメージが湧いてきて、
頭の中の整理が進んで、やることが見えてくる。なんとかな
るかなと思えてくる。

コーチングの力の強さを実感しました。

練習して、セルフコーチングがうまくできるようになると、
私無敵かも！と思えました。

色々な知識を詰め込んで正しくやろうとするよりも、やっ
てみると意外とできるもんなんですね。

楽しく学ぶことができました。

■satomiさん（女性）

参加者が友達に手を指しのべるように、親身になってアド
バイスをし合える素晴らしい場です！

そして、その時間だけではなく、その場でかけてもらった言葉が心に響き、次の日も、引き続き学びや気づきが続いています。

そして原子さんからいただく動画は本当に内容が濃くてしかも量もたくさんでここまでしていただいているのかしらというレベルですね！

前におっしゃっていましたが全く「出し惜しみ一切なし」ですね！

濃縮ジュースのような、一本の動画で何倍もうすすめたらすごい量の学びがあるというか。

下手な表現ですが。1本の動画も数日かけて落とし込んでいくという感じです。

一人ではとてもかなわない学びをたくさんいただいています。ありがとうございます！

■魚住さん（女性）

昨日のビジネス会議もとても勉強になりました！参加させていただきありがとうございました(^^)

一つの企画だと思ふ、練習だと思ふというマインドセットをは目から鱗でした！気持ちがとても軽くなりますね！

それに思うように行動できない私に的確な指摘をくださり、モチベーションが上がりました。

1人で考え、悩みを繰り返していると、気がつかないうちに楽な方を選んでたり、見たくないものにフタをしていたりするものなんだなと改めて自覚したし、原子さん含めまわりの方々に客観的な意見や指摘をもらうことで、新しい発見が生まれ、視界が一気に開けました！このように学びをくれる仲間の存在がありがたいなと思います。

■前川さん（女性）

自分のコンテンツを話すことはもちろんですが、他の方のお話を聞くのも、本当に参考になります。

■森山さん（女性）

ポジションチェンジで将来お客様になる方の中に入り、どんなことに困っているのか、どんなことに目が留まるのか、ということがイメージすることができ、自分の思いをひとまず置いておいて、お客様の立場になって静観するということが大切だとあらためて思いました。少しずつイメージが形になっていくことで、さらに理想の未来に思いを膨らませ、

充実した日々を送ることができています。

このような考え方を学ぶことができ、

とても嬉しいです。

次回もよろしく願いいたします。

■こはるさん（女性）

初参加自然体ビジネス会議は少人数の贅沢な時間となりました😊

今後のセッション内容をしっかり構築する上で1人では思い付かないアイデア

それも自分の心が軽くより楽しくクライアントさんの満足度も上がる内容を決める事ができました

何より気付かせて頂いた一番の収穫、良かったと思った事は、今までビジネスをしてきての抵抗やモヤモヤの中身をしっかりと掴めたこと

それは“アピールしなければ”、“買ってもらわなければ”の気持ちが強すぎてその想いで進んでいた事でした

啓蒙活動=どこに心を刺すか
どういう人を増やしたいか

この志しで今後の発信をしていこうと思います✨

ビジネス会議だけれど、自分の思い込みにも気付けるセッションを受けられとっても充実したひと時でした！

今日の気づきをしっかりと動いて活かしていきます👍原子さん、ありがとうございました！

■田中さん（女性）

先ほどは、ありがとうございました。

会議というのでちょっと構えたところがありましたが、びっくりするほど、温かく前向きになれる素敵な空間で、時間を共有させていただいたことに心から感謝です。

多くの方の意見や考え方をお聞きすることができ、色々な角度や視点から物事をみれて考え方の幅が広がるものと感じました。

共感できたり、なるほどと思えたり、参考になることばかりでしたし、また、同じ志を持つお仲間がいることを実感させていただき、勇気をいただきました。
本当に素晴らしく、ありがたい場と心から思いました。

原子さんはじめ、皆さまのアドバイスもとてもあたたかく、嬉しかったです。
ありがとうございました。

また、よろしく願いいたします🙏