

知的生産の技術 021209

タイプ 1

今まで考えてみるとあんまりいいことがなかったのだが、これからはいろんなことにチャレンジして、人生を楽しもうと思いました。

タイプ 3

人との付き合いのために自分にさし時間が少ない。

自分は中学の時が人生人のどん底でかなり暗かった。でもそれがあったからこそ今の自分がいるのだと思う。友達と話していたら、一見明るい子で、悩みがなかったかのように見えていたが、その子は高校の時にどん底だったみたいだ。皆いろんなことを体験して、今の姿があるのだと感じた。

タイプ 2

自分の中でも将来のビジョンを見据え、やりたいこと、好きなこと、を仕事にしようと日々頑張っているの、講義でやっている関心・技術・性格は分かりきっているので、たとえるなら勉強の復習の復習のようなものだ。でも、再々・・・確認することも大切なことだ。また、違う人と触れ合うのも大切なことなので、この講義は自分にとって無意義なものではない。

高校までは友人の影響を受けていた。大学に入ってから「ボランティア」で知り合った人の影響を受けている。特に最近、尊敬できる人にたくさん出会っている。そして、深い話をするようになって、いろいろなことを考えるようになった。

満足度チャートを見ると、今まで本当に満足したことがないんだなと思った。

最近、一日の過ぎるのがあっという間だと感じているが、それは充実しているからだと思う。一日として同じ日はないから、今日という日を忘れないようにするためにも、これからも日記を書き続けていきたいと思う。

タイプ 4

「ライン満足シート」や「人生鳥瞰図」を書いていて、今自分は本当にしたい勉強をしているんだと実感しました。面白かったのは、4・5才から読んでいた、(めくっていた?)母の本が今、大学でしている勉強とつながっているということです。

とにかく吐き出して、ハッキリさせたい。カウンセリングはしてもらえないんでしょうか？

満足シートを書いてみたが、上手くかけなかった。満足って何だろう？

人生「ライン満足度」シートを埋めました。これはやりやすかったです。しかし、全部埋めるのはまだまだ大変そうです。パソコンの記入フォームならかなり労力が軽くなりそうなんですけど・・・

友達と同じ時位に生まれて育ってきたのに、全然違う時をすごしてきていてビックリしました。

日記・日誌は良い思い出や結果がないと書きづらいと思う。現に自分も「普通の日でした」と書くしかない日がたまにある。幼少の頃、微妙な人々に出会っていたため、高校、大学に出会う人々がすばらしく思えてしかたない。

人生に無駄なものはない、とおっしゃられた先生の言葉に勇気がわきました。年はとっているのになかなか自信を持つことができない自分に気づいているんですが、何とかそれをのりこえたいという前向きさをもてそうです。

悲しいことに、自分の得意なことを書けませんでした。日記、来年から書いてみようと思います。

私のベッドの枕元には2冊のノートが置いてある。1冊には、その日の起床時間と就寝時間、食事の内容とその時間、その日に着ていた服とその日に起きた出来事を簡単に書いている。こちらは毎日欠かさず書くようにしている。もう1冊には、その日書いた日の日付をタイトルとして、詩(うた)のようなものを書いている。自分の感情を文字に表すことで、より考えがまとまり、前に進むためにとても参考になる。毎日書いているわけではないが、同じタイトルのものはいくつもできるときもある。大学受験の頃から自分をもっとよく知ろうと強く思い始め、これを始めた。今では習慣となり、自分を見つめるのにとてもためになっている。

知的生産の技術

021209

タイプ 4

人生はどこでどうなるか分からない。

今日のラインシートはとてはかどった。人生のグラフはとて面白く、それなり平坦な道をきていることが分かった。自分は人生の転機でよい方向に進んでいるようだったので、良かったと思う。日記はこれからつけてみようかな・・・

まだまだ職業について知識不足なので、可能性を活かすためにも勉強が必要だと感じた。

人生「ライン満足度チャート」シート成功体験には他から認められなくても自分で成功したと自負しているものも記入しているのでしょうか。

今回の満足度チャートは興味深かった。最近良くこのことについて考える。満足していた時期を思い出し、今の満足していない状態をどうにかしていきたい。

私は感情の変化が激しいので、満足度を示すグラフがすごいことになってしまった。どんなに辛いことがあっても必ず転機となる部分があると思った。やっぱり良い出会いはすごい大切なんだと思った。

今日は私のアンケートを読んで頂けた。「性格」(不変)+「人格」(習慣)=「人柄」有難い。この授業を受けるようになって、自分のやってきたこととこれからやりたいことを良く考える。そして、その理想と現実にはさまれ、今もがいている。「本当にこれでいいのか？」自問自答する日々だ。

タイプ 6

中学から余切れ余切れに日記を書いています。気づいたときに、書く程度で気づくと半年くらい書かないこともあります。これは日記といえるのかどうか・・・今書いている日記は人に見せるためではなく、自分のために書いているので、赤面しつつも面白く読めます。

日記をつけるのは面倒くさい。でも日誌は面倒くさく感じないと思った。文章として書くのではなく、メモ書き程度にその日のことを書けるからだと思う。小・中・高と週番や日直のとき、日記を書かなければいけないけど、苦に感じることはなかった。

タイプ 5

昔から続けているものがないので、「これが得意です!!」と自信を持っていえるものがない。何かを極めたいと思うけど、その何かがなかなかみつからない。

自分は今まで無感動な人生を送ってきたので、作業がなかなか進まない。

今日のプリントの「青春」という文の「年を重ねただけで人は老いない」という所に感銘した。私は「老いる」人生を送りたいと思う。

性格・人格、関心・興味、能力・技術の他に義理・人情・義務で動かなければならない場合もある。

自分の能力・技術を把握するのは関心・興味を把握するのよりも難しく感じた。

成功体験が少なく、昔のことをほとんど覚えていないことに気づいた。

人生のライン満足度を書こうとしたら、真ん中より上に(満足度高い)つけられない気がした。最近のラインは平坦で(真ん中)変化が乏しいのか、感じ方が不足してきているのか・・・と不安になった。年齢を重ねる毎に、性格(人格の方でしょうか)が変わってきている気がして、どんどんの方向へ行っている気がして仕方ない。40才過ぎたら自分の力に責任をもってというのをすごくみにくくなりそうで、本気で心配している。

タイプ 7

嫌な思い出が思い出された。

今日は1つひらめきがあった。そのことについて、もっと深めようと思う。普段から自分のことや興味について考えているほどに、自分の中のひらめきが多くなるのではないかと思う。

授業中の先生の余談にも共感することがあります。

私はWeb貸日記帳を利用して、日記をつけています。自己分析のためにも日々の心の中を書きつらねていくことは面白いと思います。

知的生産の技術

021209

タイプ
7

得意といえるものなど存在しないようだった。大体、得意なものがかかっていたら、それを生かす所にいるであろう。

時代時代で自分の考えが変化してきていることが書いてみることで明確になりました。私は複雑な人生を歩んできて、今は今の選択でいいと確信していますが、きっと数年後には振り返るとまた違って見える。どうなるのでしょうか。それを決めるのは自分ですね。

今日の能力・技術をやってみて、質問の中に「自分の能力・技術で自信があることは何である」というのに困ってしまった。

ライン満足シートは、これまで自分が作ってきた年表の中で1番よくできていると感じた。1枚の紙の中に面の広がりを確認できた。自分をつくづくプラス思考だと改めて認識した。

私にも何かしらの“能力”があるのだろうか？特にこれ、といった詳しい分野もないし、ちょっと悲しくなった。But、これからはもっともっと色々な物を吸収して成長し、他の人に自信を持って見せることのできる能力を身につけたいと思った。

今まで何度か日記をつけようと試みたが、結局長続きしなかった。何を書けばいいかわからなかった。今日のような書き方ならなんとなく続くような気がしたが、やっぱり私は手書きが好きなので、手書きで実践できたらなあと思っている。そしてそれが10年20年後かに、自分のプラスになれば、いいと思う。

タイプ
9

過去に日記をつけた経験はあるが、全然長続きしなかった。書くことがとてもたくさんある日もあれば全くない日もあったりで、いつも中途半端に終わってしまっていた。先生におっしゃっていたように日記をつける感覚でやってみようと思う。

18年間の人生を過ごしてきて、忘れてしまったことも中にはあると思うが、自分のことを書くことがとても難しかった。自分について全然分かってないし、自分の力を最大限に注ぐようなことをあまり経験していないような気がした。

今の時点では失敗や無駄だと思っていることも、後から考えれば自分の未来の糧になっているのかもしれないとプリントを見て思った。自分自身、人生に無駄なことなんてないと思っているが、その時点、時点では落ち込んでしまうこともある。

「性格 + 人格 = 人柄」という言葉が印象的でした。日記をつける習慣をつけたいと思います。人生ライン満足度シートを書いていて、人生に満足していた時期はあったのか考えてしまいました。

タイプ
8

特技といわれて、思いあたるものは結構あるけれど、ほとんど人並みより上くらいだけで、自信が持っていない。

今日は改めて自分に起こった出来事や影響を与えた人について考えた。決して、全てが上手くいった人生ではなかったけれど、なかなか誇らしく思えた。

私は人よりも詳しい分野もあまりなく、資格もあまり持っていないので、少し今まで自分で行動してなかったと思いました。先生の話の軽部さんのように、自分も今建築を目指していても何年後かには他のものになっているかも知れないと思いました。自分について見てみると、自分の足りない所が良く見えてきました。

まだ19年しか生きていないのに、いっぱい出来事があった。今はだいぶ冷静に自分を見ることができるようになってきた。

以前は自ら学んだことを形にし、新たなことを試す場として持っていたWebサイトで日記を記していたが、サイトの1コンテンツとして書いていたためか、あまり長くは持たなかった。

私は得意・不得意が昔からはっきりしている。ただ、その“得意なこと”画本本当に仕事に生かせるほどの能力なのかどうか自信がない。

能力と技術は自分でも認めたくないほど私にはないような気がする。人生満足度チャートはすごく面白かった。これまでの人生がたった1本であらわせるとも思えないけど、つなげると色々見えてくるし楽しかった。来週の野田先生も楽しみです。

知的生産の技術 021209

得意なことも不得意なこともなかなか思いつきませんでした。自分でじっくり考えるより友達と話しながら話しているうちに思いつく方が多かったです。日記は友達と交換日記をしたくらいで、自分一人で日記をつけたことは全然ありません。

ライフラインの満足度を書いて、今まで3回くらいイヤなこと、挫折したことがあった。ある1つの出来事が成功体験だったのか、失敗体験だったのかわからなかった。日記は…最近書いてないなあ。

時間内に人生鳥瞰図が書き終わらないのは人生に様々な経験をしてきたからとらえていいですね。

最近忙しいです。色々な友人と遊ぶ予定があります。忙しくて大変ですが、これも自分の生きてきた人生だと嬉しく思います。

能力、技術の欄に書くことがあまりなかったのが悲しかった。興味・関心はとてたくさんあるのにそれについてあまり深く追求していないのだということが分かった。これからは、もう少し興味を持ったことについて自分の特技となるものを見つける努力をしたいと思う。

自分自身のことなのに、こうやって紙に文字で書き起こすことが非常に難しい。プリントをまとめるのに時間がかかりそうだ。人生「ライン満足度チャート」は面白かった。

失敗することにより学ぶことは多いので、失敗体験はある意味成功体験ではないかと思っています。

ずいぶん自分のことが見えてきた。過去 現在 未来があり、私は今と将来を楽しんでいるので、今のところ良い人生を送っていると感じています。

失敗体験はケガをしたことなど、すぐ思いつくが、成功体験はなかなか思いつかなかった。日記の話聞いて私も書いてみようかなと思った。

自分史を書くときにどのくらいの期間をもらえるんですか？試験に重なるとじっくりと書けない気がするんですが…。

今日は、「人生が効率的にいくことが良い人生とは言えない」という言葉に胸が打たれた。

自分像把握シートなどをやっても書けることがあまりない。つまらない18年を送ってきてしまっているようです。これからは何か探していけたら…と思います。

日記と日誌の違いを初めて知った。私は昨年1年くらい「気まま日記」を書いてきた。「毎日続けよう」と思うとそのうちに嫌になると思うが、学ぶものもあったので、先生のおっしゃった日記を2003年から始めようと思いました。

タイプ 9

今年日記をずっと書いているが、私も予定表に少し書きこむぐらいなのでまだ続いている。来年の日記表(予定表)を買う時には一年を振り返ることを楽しみにしている。

なんとなく毎日過ごしていたせいで、特別な出来事がないような気がする。

昔は日記なるものを書いていたのですが、現在はもうやらなくなってしまいました。でも話を聞いていて日記ではなく日誌になっていたと思いました。これはちゃんと「日記」をつけたいですね。

人生ライン満足度シートのライフラインを示す曲線のところで、その当時は満足度が低くても、今振り返ってみると当時よりは満足度が高くなったりすることがありました。少し複雑な気持ちになりました。

何もやる気がおきないときは何もしないでいいのでしょうか？いわゆる充電期間というか？先生にそういう時期はありましたか？あったとしたらそういう時はどうしていましたか？自分をうまく客観視できてた時もありました。なぜまた分からなくなるのでしょうか？自分の過去は少しうすいと思いました。

これまで、あまり将来を意識せず生きてきてしまった。能力や技術と言う面で自分を磨いていきたい。

今まで日記は続いたことがありませんでした。でも今日からは先生がおっしゃったやり方で書いていこうと思います。このやり方なら毎日続けることができるような気がします。

その他

この後期で広く自分と向き合えた気がする。

自分との対話はなかなか難しい。正面を向くことができない。