

# 知的生産の技術 1アンケート 1031006

今後、自己分析能力は必要不可欠なものとなってくるため、自分というものを今までとは違った面から見るができるようになればいいと思う。また自己分析した結果から、自分にはどういう仕事、どういう人、どういう環境が適当であるのかということも見極めこれから先への参考に出来ればいいと考えている。

ちょうど就職問題など考えがまとまらない私だったので、うってつけだと思いました。5分間のめいそうでは、どれだけ私が将来について考えていないという自責の念が込み上げてきて少し気落ちしてしまいました。

入学して半年ですが、今考えると何も知識を得られず前期の成績も悪く悩んでいます。これからの大学生活をどう送ればいいのか、残りの3年半を最大限に活用して、知識を身に付けるためどうすればいいのか、先生の授業を通して解決していきたいです。

今期が終わる時は自分自身のこともよくわかるようになると思います。

将来の人間関係と自己表現などすごく役立つと感じます。これからもっと努力して頑張りたいと思います。

5分間目をつぶってみたものの、まぶたに映る不思議な映像やときたま聞こえる何かの音が気になって改まって自分と向き合うのは難しかった。私の日常生活がこの5分で良く表れていたな、と思った。心穏やかに瞑想できるようになりたい。

瞑想をした時は自分の中で考えていることがどんどん深く掘り下げられていくような感じで、普段行わない行為なので何か落ち着いた感じがした。

自分について考えることができる授業だったので今の自分にすごく役立つものでした

先生が読んで感銘を受けた本の紹介を是非して欲しいです。「知的生産の技術」は読んでみたいと思います

この講義を通して進路を決定するきっかけとしていきたい

この授業を通して自分をもっと知りたいと思っています。就職活動の面接の自己分析に役立てたい。

計画

就活前のこの期間に秋の切なさを背負いながら(?)学びたいことを学ぼうという意欲の中にいます

この講義でキャリア開発できればと期待しています

「めい想」はたった5分間なのに自分の過去を振り返って初めてわかることができました。あの時、私は何を考えていたのか、誰々はどう感じただろうか、ということに驚いていました。とても興味深い体験ができると期待しています。

## デ情

久々興味深い講義でした

たった5分間という短い時間では色々な考えや想いが交錯してはっきりとしたものが見えてこなかった。自分の中の考えを探り出すには膨大な時間が必要と感じた。

これからの授業で自分を見つけたり後悔から反省、改善までできたらいいなと思いました。

今の自分に最も必要な講義だと思い受講を決めました。同級生に聞いていた内容と少し変わっていましたがより必要性を感じました。

目を閉じている間、自分の生い立ちを振り返ってみたら私にとって高校時代の生徒会執行部のことが最も大きな出来事だと思った。このことを自分史の中で多くかしていきたいと思う

この授業では格言を言ったりするという事なのでとても楽しみにしています

知的生産の技術」に興味を持った。早速書店に足を運んでみようと思う大学生は皆「就職」という言葉に敏感であると思う。そういった事柄やテーマに授業の中で触れて欲しい。ゲストスピーカーも楽しみにしています。

「自分像」とはなかなかわからないものですが、これから少しずつ自分を知らうと思いました

久しぶりに何もしないで目を閉じていたらとても長く感じた。とくに何も思い浮かばなかった。情報表現論はおもしろかったけど、これはもしかしたら自分には合わないかもしれないと思った。

自分を表現することが下手な自分にとってこの講義は、とても有意義な時間になりそうだった。

# 知的生産の技術 1アンケート 1031006

おそらく明日の新聞の一欄は  
瞑想する宮城大学」だろう

この講義を通じて自己表現が  
うまくなればと思います

この講義を受けて最初に感じたのは、日頃から自分を表現していこうと思った。面白そう、役に立ちそう、ということ。まずは日誌から書き始めようと思う。私は5分間目を閉じて今までと、これからを考えてみて初めは何も思い浮かびませんでした。特にこれからのことはさっぱりと言っていいほどでした。

教育についてから自己のあり方まで  
深く学ぶことができた。

自分史を作成するという  
ことは、自分のこれまでの  
人生の中での良い事  
も悪い事も全て見つめ  
直すということであり  
とても難しいことだと思っ  
たが、作成し、考えた後に  
新しい自分が創り出して  
いたらいいなと感じた。  
瞑想のある講義は初めて  
だったので新鮮だった。

デ

質

「人生鳥瞰図」のStep2のキャリア開発の3領域  
のところで、なぜ2、仕事歴(活動歴)だけ円  
の大きさが変化するのですか?個々人によ  
って1、学習歴や3、経験歴は円の大きさは  
変化しないのですか?

自分も学校は教えすぎると  
思う。確かに教えすぎると  
学ぶ側の積極意欲が欠け  
るようになるし、受身だけ  
では学問はできないと思う

自分は本当に看護職につきたいか、また  
向いているのかとちょうど悩んでいる時期  
だったので、この授業で適性などを  
見つめ直したいと思います。

5分間の瞑想で今まで忘れていた  
場面が突然思い出されたり、全く  
何も思い出せない年齢があったり  
で、その1つ1つが自己形成につな  
がっているのだろうか、と感じた

私も思っていることが上手く  
口に出して言えないので、  
自己表現が下手だという事  
は前から感じていました。  
この講義を通じて自己表現  
が少しでも上手くなれば  
いいと思っています。

過去を振り返って自分史を書くことは面白そうだと思いました

伯楽と千里の馬という話を聞いて  
以前高校の授業で聞いたことを  
思い出した。才能を持っていても  
それを見抜いてくれる人がいな  
ければ意味がないという話だった。  
自分にとってもそういう人が現れる  
のかなあと思った。

私は5年臨床で働いて大学  
に編入した。その中でも今  
までのことを振り返り、色々  
考え、やっとのことで仕事を  
辞め、進学した経緯がある。  
瞑想をしながらその時の事  
を思い出した。

看

自分史を書くのに、いいことを書くのが大切  
なのではなく、この時間悩むことが大切だと  
わかりました。5分間、自分の過去を振り返っ  
た時、色々あったなあと考えることができました。  
また好きな人のことをけっこう思い出  
していたので、私は愛を一番大切にしている  
のか、探してみたいと思います。

正直言ってつまらない授業  
だと思っていた。だが、自分  
と向き合い、自分を知る  
授業と知り、以前習って  
いた合気道との共通点が見  
出した。

自己像把握シートみたいな心理テスト的  
なものが好きなので進んでやってみたい  
です。自分には本当に看護師という職業  
は向いているのか不安になってきてい  
ます。だから人生鳥瞰図などで自分を  
もっと発見したいです。

5分間の瞑想は思ったよりも短かった。  
考える内容は自然に最近のことばかりだった

この講義を通して20年間の  
自分の人生を見つめ直し  
そこから何を学んだのかを  
知り、反省し将来の自分の  
あり方を確立できたらいいな  
と思っています。目指す  
看護師をより具体的にして  
いきたいです。

後期の始まりとともに気持ちを改め  
頑張っていこうと思います。  
教わるだけでなく、自ら学ぶ姿勢を  
持てたら最高ですね!!

中・高としてきた自分の性格はなかなかすぐには直せるものではないのではないか、ということも感じた。変えたいとは思っただけで何も変わっていない自分もまた情けなくなってしまう後悔しないような人生を送るためにも自分らしさを獲得し、自分を肯定できるような自己形成をしたい。

# 知的生産の技術 1アンケート 031006

私は今年3月まで看護師として働いていましたが、後輩に指導する時に、自分のことを知らない他人に何かを伝えることはできないと思い、この大学に編入し、看護について知識を広めることと、自分自身が成長することを決意しました。自分を知ることは簡単なようで難しいと思います。自分を知るポイントをこの授業で得たいと思っています。

今は看護師になりたいという気持ちが薄れつつあります。この授業で、やりたい気持ちは本物なのか確かめられたらいいなと思います。じっくりと自分探しの旅をして新しい自分をつくり友人でも勉強でもどんどん挑戦していけたらなあと思いました。

今、特に夢中になれるものもなく自分で探そうと思っても実行に移せずにいます。先生がおっしゃったように自分自身について目を閉じ、ゆっくり考えてみる必要なのだと感じます。自分のことについて一番考えられる時期が今なのだと思います。その1つとしてこの講義の中で色々なことを考えていきたいです。

今までの自分を振り返り見直すことにより新たなものが見えてくるかもしれない。あらためて自分というものと向き合うことにより、今までと違う価値観が生まれてくるかもしれないと思った。

宮城大学でしか得られない技術を身に付け、就職に役立てたいし、もちろんその後も役立てたい。

私は今までの自分の生活について全然満足していないし不満がたくさんあります。自分の性格もキではないです。だから自分の今までの人生を書くことは正直少し嫌な気がします。

## 看護

病院での実習等を通して患者様をはじめとする多くの人に接し私には教養が足りないと実感。残りの大学生活でぜひ教養を深めようと本日の講義を通して強く思いました。

私は編入生ですが前の学校でもこのような内容の講義はありませんでした。授業として受けられることにも嬉しく思います。

高校の教育の中で坐禅が年に2度あったので、今日の瞑想の時間には高校の頃を思い出していました。

どこよりも深い自己カウンセリングができると思ったので積極的に講義を受けたいと思う。瞑想の5分間は長く感じた。普段時間に追われている自分を感じた。

自分を客観的に見るというのは難しく、自分でありながら自分がわからないことが多くあります。講義を通じてもって自分を知りたい

瞑想の5分はとても短く感じた。いっきに昔の事を思い出したりするのは難しいかもしれない。と思い、高校に入学した時のことから思い出してみた。5分間で最初の2ヶ月くらいだった。

他の講義のようにただ聞くだけで時間が過ぎていくのかなーと思っていましたが全然違うので驚きました。

## その他

1年生の時に単位を取り損ねたのでハンジで取ります。1年生のときの講義よりも自分に自信が向けられた講義内容なので期待しています。'瞑想'いいと思いました。禅寺のような空間に一瞬だった気がした。

私は十数年社会人として病院で働いた後宮城大学に編入した。今日の講義の内容そのもの、コミュニケーション能力、プレゼン力等自己表現力が低いことを常に実感してきた。又、病院経営も民営化がすすむ中看護職の仕事に対する姿勢や求められる能力も大きく変わろうとしている時代に入った事も実感している。個人的にも30代半ばを迎えこれからの人生をどう生きていこうか考える岐路に立っている時期でもあった。

自分探し、自分自身を考える...ということは最近の自分にはないことでした。この授業によって、もう一度"自分"というものを深く考えたいです。5分間の瞑想では、長いだろうなあと思ったけれど、フラッシュバックのように一気にさまざまなことが思い浮かばれてきました。小学校のこととか、楽しかった中学高校時代、そして大学に入って前期に一体自分は何を得たのか?ということを考えてみたが、答えを出すことはできませんでした。この授業を受けて、自分と向き合うことによって得られることはたくさんあるはずだと思います。