

29年3月26日 開催地域()

講師名()

アクティブ・ブレイン・アカデミー

集中カプログラムを受講して

お名前 K.U

年代(50)or()歳

本日は私の為にありがとうございました。笑

集中力には長期集中と短期集中があることを学びました。

集中力を高める為には不快を避けること。

意志力=目的意識を高めることが最も重要である。

質の良い睡眠を取る。

目標設定と時間設定 (成果と時間の区切りと喜び)

自分の集中力のスイッチが楽しくゲーム化で入ると⇒エンプラム=oy

自分が選択したものは正しいと思っ受け入れること。

今の一点に集中し、一步一步の達成感の積み重ねで集中力を

持続していく。

集中力を妨げる要因: 気が散る 体調不良 食事と気をつける

脳は筋肉なので、上記の結果は3ヶ月後をお楽しみに〜(笑)

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 西山 真由美 年代() or (57) 歳

月(脳), て... 自分の体の一部でありながら ~~全体~~ を人生まで
をもつかさどる. 本当に不思議な臓器ですね.
そんな脳の力を. 限りある人生の中で精一杯活かして.
共に成長して行きたい. まるで同志を見つけたみたいですね.
脳を意識して. 長期やる気の源を再認識した.
朝. 決まてに起きます. 自分のスイッチは正に楽しみ
陽気な思考で. 時間をくぎ. ゲーム感覚で仕事を楽しめます.
脳をほめ. 自分をほめ. 喜びと感謝の日々です... ですね.
それにより. 多くのお客様や. 家族にも. 貢献できるから.
人として生まれた喜びや生ある今を楽しみたいですね.
一人でも多くの方と分かち合いたいと思います.

このセミナーを選択した事に関わりの深い方です. ありがとうございます!!

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない

未受講の方. アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です. 該当する項目にチェック☑を入れて下さい.
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

28年 3月 26日 開催地域()

講師名()

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 小林 大介 年代()or(39)歳

「喜びとは集中によってもたらされる」という考え方を
 はじめて知りました。振り返ってみると、たぶんほとんどの場合、
 長期的には、やる気の源に、Eプログラムを組み合わせた
 成功体験を立っていきまふ。
 短期では、音程の整理をして、机の上を無くし、一点集中をしてから
 物事に取り組みまふ。
 集中により、人生が、いかに豊かになるかがわかりまふ。
 大事な物事に、心を切り動かされ、不意に焦点があたり、結果そのまふ事に
 手どわされている事に気づきまふ。

この講座を、
 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
 知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
 未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
 グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田全宏先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 M.T 年代()or(54)歳

- ・「好きな事に集中出来る」というのが衝撃的だった。
今更モチベーションを上げ、好きなことをやる行動を
起こしていかないと事に気が付いた。
- ・集中阻害要因の取り除き方と、集中力を高める方法
まで具体的に教わったので、おはねさんありがとう！
- ・スマホの時間を決めました!! 帰りの電車でも見ません!!
- ・部屋は片付いていないつもりだったが、気が散る物が多いので
今日帰ったらまず先に片付けを処分して部屋も片付けたい。
- ・Hの迷いが集中を妨げるとは考えなかった。決断をした
後の考え方は、「ダメなら戻してやり直せば良い」という事も
含め、決めた事が正しいと胸を張って言いたい。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年6月26日 開催地域(東京) 講師名(小田 光夫)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 C.N 年代(50)or()歳

税理士試験の財務諸表論の合格への取り組み

① 自分と回りの方々を信じて、毎日90分の時間を午前中に作って、
計算問題に取り組みに行く。嫌なことをまずは心がけて、1歩1歩
喜んで行く。日々雑事が多い中ではあるが、アイビーネットワークを
利用し、効率化を図ろう。集中は、条件不完全でも、できるという事
を教わっていただき、大変参考にさせて頂いた。

② 理論的な問題については、すきま時間の利用により取り組みました。
このプロセスもネットワークとも参考にさせて頂いた。

「集中力が強い喜びの感情を得る」 今更けました。納得しました。

4月13日(木) 楽しみに伺います。ありがとうございました。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページやSNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田全宏)

アクティブ・ブレイン・アカデミー

集中カプログラムを受講して

お名前 T.S :年代()or(50)歳

過去に集中を長時間できた時は、集中した結果の状態を楽しみながらイメージできた事を思い出せた。

取り組む事に価値を感じ結果をイメージして、難しい事は適度なサイズにして、ゲーム化して、達成感を味わいながら仕事や勉強に取り組みたいと思いました。実は先天的に弱い部分があるのですが方法を知らる事でカバーできそうです。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページやSNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

29年 3月 26日 開催地域(東京)講師名(小田 先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 N.F 年代()or(20)歳

集中に必要なもの、集中を途切らせないためのヒントを学んだ。
中でも自分が集中状態になるとき、脳のスイッチがおかれる時のタイプ
ひとつも 齟齬になると思った。継続的に何かをやる時、今までには
集中が系統がたつことが、多々あったので、自分の集中のスイッチ×集中
に必要なものを意識していきたい。これから 就活のことも考えて
いかなくてはいけないので、とりあえず「1分 一点を見て集中状態に
入る」ことから始めよう。今日一番印象的だったのは、「自分が
選択して決めたことは、それでいいと思うことにする」という言葉だ。
今後、自分で決断することばかりあるので、生かしていきたい。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他(父)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(F.N) 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田 金宏 先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 K.S 年代()or(44)歳

今までは、これと肩間にシワをよせよう事を
集中と思、ていましたが、「集中とは 時間を忘れた
状態、そのため自分のやる気の源がどこか湧いて
くみか知っておくこと、そのスイッチを入れること、
思考を「今」「ここ」に集中するだけでなく、
「それ以外をカットする事、25分や、25分休む
ホモードテクニック、心と体をコントロールする事...沢山の
教えて頂きました。

アクティブブレインの特徴だと気付きましたか、まさに
自分の「脳をリフレッシュ」又は「脳に言いませう」が
大事な点だと学びました。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページやSNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(K.S) 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田金宏)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 K.N 年代()or(50)歳

集中講座をうけて集中プログラムが、いくつも
あり、選現段が多いのでおどかされました。

その中のいくつかの手法を使い集中力をあげ
ていきたいと思っております。

ワークを笑せし、吟味し、一番の手法
を探究していきたいです。

一日ありがとうございました。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 植田 崇 年代()or(45)歳

<課題>

- ① 仕事をしていて、複数の案件が同じに入った時に、どこから、どこから手をつけたら良いか、パニックになり事がある。
- ② 片づけ、掃除が苦手、忘れ物が忙しい時、時々ある。

<今後実践したい事>

- ① 前日に準備をやる。(服、靴、カバン、カバンの中身、4オの娘の準備)
- ② アビ-リ-77ワーク (特に前日に明日やるべき6つを整理し、優先順位をつける) (1日の終わりに出来た事を喜ぶ。そして、出来なかった物を喜んで忘れる。)
- ③ 片づけは、時間をくみてゲーム化出来る事を継続する。小森君の方法で実践する事をしてしたいと思います。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京)講師名(小田)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 K.N 年代()or(38)歳

一つのことにしているときも一つのことに集中したいと思
い受講しました。具体的には、英語のリスニング
で聞いているときに別のことを考えてしまわないように
することができ、これに関しては、実施する前に一点
視線集中で集中力を高める手段を使いたいと思
います。

集中力を高める目的として喜びを得ることがあると
いうのが新たな発見でした。動機づけの方法は
今後確実に活かすことができるとプログラムに
基づいた心の傾向に合わせて使っていきます。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田久王)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 田村 桂 年代(50) or () 歳

今更には「集中力」を「集中力」と思っていて今日ここに来れて
非常に体系的に「集中」ということを学び整理できた。

・長期集中、短期集中と大きく分けて「人生の「目標」を決めよう

・自分のタイプを知り、「スイッチ」を押すことを効率的にやってみよう

集中力を高めたいと思えば一番の目的は即座に小説家として、もっと良い作品を

書きたいと思えること。今更には「ゾーン」に入るとか「スイッチ」を

オンに自分自身でコントロールして成果を出す！という確信ができたのでいいかなと
思っています。

小田のHowtoは自分自身でいろいろ学んでいっていいかな。今日学んだことは
実践しよう。

今後は—— 自分自身の目標(作家としての入り口) / 具体的な「作品」の落とし込み → 月々のToDoリスト

→ 作業前の儀式を自分で決める実践型(ごめいと思えばいいものを捨てる)

→ 楽しむことと楽しむこととは違う。楽しむ人は「楽しむ人(スタッフのお客)
の気持ちになる。自分の楽しむには変える。楽しむための楽しみ方。

今更には集中カプログラムの理由は「自分のために集中力をつける」ということだからです。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他(メルマガ)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

ABA アクティブ・ブレイン協会

今更には集中カプログラムのための勉強会。おかげさまでいいです。

29年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田金宏)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 S.T 年代(60)or()歳

今日は、「集中」に関してのお話は、実生活の中でいろいろと参考になるポイントが満載のすばらしい内容でした。

まず、時間がある時にいろいろ雑念を浮かべて、あれもやりだいたい、あれもやりだいたいと思いついて、結局に時間経過して、ほうとうとか夕飯あったので、そういう時には、前日にすべき事を6つ書き出して、重要度別に3つは終わらせるようにする。(優先順位をつけてから)

また、やるべき事がたくさんあったら(中期的に)、これをやる決めて、とにかく、その道にすすんでみることをやってみたいと思えます。

健康コントロールの中で、特に睡眠については、寝付きと寝起きがあり、よくないので、お話をあったことを参考にしながら、実践してみたいと思います。

今日は、一日ありがとうございました。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他(アドバンス2-2にて知りました。)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(S.T) 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 M.I 年代()or(44)歳

今まで私は、まず 選択肢がいまいであつたように思う。なので、集中すべきものが見えていなかった。次に、あるものを選択した後、色々な選択肢

が気になつたり、新たに作り出していた。そして、できない事をやめていた。

今回の気づきは、1つの事をやり、他の事は考えない。決めた事が

正解と思ふ事。そして できた事を喜ぶ事である。

また、楽しいから笑うのではなく、笑うから楽しい と同様に、集中カがある

からやるのではなく、やっているうちに集中する ということを知れた。

全て完璧に備えてから初めてスタートするのではなく、やりながら状態を
整えていければ さらに 能力が向上できると思う。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他(メルマガ)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年 3 月 26日 開催地域(東京)

)講師名(小田全宏先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー

集中カプログラムを受講して

お名前 T.S

年代()or(13)歳

自分は今まで勉強するときなど自分の机でやっていて整理整頓できていなかったのではと思っていました。集中力は上げるためにはトレーニングが必要だと思っていましたが今の生活の中でちょっとしたことでも集中できるようになるのでもういいと思います。集中しようとしているときは他のことは考えず一つの事しか考えずにおろすということに糸内得しました。集中して達成感を得ることを忘れないうちにしようと思います。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他(受けた方からのすすめ)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(T.S) 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 T.T. 年代()or(50.)歳

今日受講するまでは集中カという事をまじ然ととらえていたが、理論立てて説明を受けた事で正体が見えてきた。心と体を自分で制御する事で脳を自分で変化させる事の重要性が理解出来ました。

今日から具体的に実行する事としては

① ほぼ毎日だった晩酌を金曜日のみにする。

② 就寝直前までやっていたパソコン作業とTVをやめる。

③ やる事を絞って決める。

④ 決めた事の中で出来た事に喜ぶ
です。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他(メルマガ)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページやSNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 M.K 年代(40代)or()歳

最近、集中カを欠いて、るせと自覚するこが多かつたので意識的に集中カを上げるカをフケたいと思、参加しました。

参考にしたこと(1) 集中には長期集中と短期集中があること。まず、長期集中において「やる気」の原と「エネルギー」の欠乏、をかんがえ、自分のやる気スイッチを押すことが重要と、うことを学、ました。短期集中において「教の手法」を学、ましたこと。個人的には、アイローリーテックと、1点2つの点、ゲーム化がとりくみ易いこと。そして、今日からは睡眠のとり方が、う加減されたことなおいして、います。これらを実行すれば、自分の人生はとでも、おもしろいものになると、思います。

本日は有、難、ありがとうございました。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他(×ルマカ)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(M . K) 不許可

2017年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 K.S 年代()or(36)歳

集中カを阻害している要因が明確になりました。思いの外：要因が多く(不安, 後悔, いろいろ, 睡眠, 体)というよりも全部でおどろくときには「内疚感(集中できないという意味)」もできていました。ただ、要因がハッキリしたことで対策し改善できるという自信ができました(暗いトニエルの出口が見えを感じて)。今後(今日から)は、「To do リスト」から始める。仕事用とプライベート(勉強... TOEIC, 英語勉強, 資格試験)用で作る。それをうまく使っていきま。とくに今までは「できないこと」が「ネガティブ」な気持ちになっていたのを止めます。その他としては、睡眠の改善(5→6時起床), 目元前のスマホ, テレビを止めます。

最後に感想ですが、非常に面白いセミナーでした。有難うございました。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他(メルマガ)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

29年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田依生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 岩松 正史 年代()or(43)歳

今回参加したきっかけは、集中状態に入ると、入りやすい
 時に入りにくい時があり、その問題を解決したいと思い
 ました。それについて学ぶには、①気になりにくいところ
 もろと排除する、部屋のリネンアップなど、②気が散
 り生活習慣の改善など、また木の時間を決めることなど
 可能にしていくことで精度を上げることが、Todoリストの作成
 毎日の「6」にすることが、集中状態の瞬間的に
 入る支援として、一点集中を促すは継続できている。
 講座全体を通して、感謝は多く、これを活かして
 自分自身でできることを改めて確認できた。最終、心の
 整理法の中で、不安を取り除くことは、もうできている
 ことを、この「慣れ」が、残念なしに、私は、また、αβγの

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア 自分
 知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
 グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

自分
) 町子
 12
 覚
 覚
 覚
 の

2017年 3月 26日 開催地域(東京)講師名(小田全宏)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 sin.sin 年代()or(43)歳

本日のセミナーのテーマは集中力ということでしたので、
今勉強している資格試験への応用するイメージで講座に
臨みました。実際に受講して、勉強のりならず、生活や
仕事にも幅広く応用が効く！と感じられました。

特に、仕事面でとりかかれない身のすまぬいもの
に対して、やる身の源・スイッチの入れ方で取組方が

大きく変化できましたと思いました。これまでは、その場その場
で場当たり的に対応していた仕事も、しっかり自分の「快」に
なるように考え、1つ1つ身にして取りこんでいきたいと思っています。

当初の目的である資格試験の勉強も楽しく継続

できそうです。やりたいことを「ディベラー」テクニックでおとしこみ

日々うれしいと感じています。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページやSNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(sin.sin) 不許可

29年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田 幸純)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 Y.M 年代()or(31)歳

今日の講義を受けて、タスクの処法と並び、脳内
が混乱状態にあつた中、明確に認識できました。

以下、明日から実践する点を列記する

① 時間制限 + テーブル

② 前日の6項目整理

③ 一日の終りに、処理できなかったものを決める。

④ 未処理案件のあたりに、後悔しない。

⑤ その期間に処理できなかった、積算を
一つにまとめることを認識する。

⑥ 自らの決断に対して、後悔しない。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページやSNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017 年 3 月 26 日 開催地域(東京、)講師名(小田金宏)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 加藤香那 年代(甲1)or(13)歳

集中カなんで自分にあてていい、と思っていただけけども、意外と集中カを高めるとは簡単だということを知って、なんでこんな簡単なことができたんだろ？と思えました。

ここからの受験勉強にこの集中カをうかって勉強していきたいと思えました。

短い1日でしたが楽しかったです！

ありがとうございました。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田 全宏)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 M.I 年代(30)or()歳

集中カと両方()かんたんにできないで可が。

私は今まで自分の選択で後悔してました。その事が自分を信じてあげてい

なくて自信と集中カもやっていた人がと気づいて、そこから自分の

選択が道をしっかりほめて満足して正しいと信じてあげたいと思

います。そのことは集中カも自信がつくことにもつながっているから

もっとも自信をもって自分の人生をまねをけって生きていける

と思います。集中カを高めることは自分を大切にしておぼろ

ことにもつながっていて、目からうろこが落ちました。

たが他人に集中カを高めたいと思って受けた講座が思った

よりも自分の自信をつけるということにもつながり)とてもおかげが深

いだと思います。今日 学んだ事を生かしてもっともっと集中カをつけて

その上幸せ思考になれたらとてもおぼろだと思います。

本日はありがとうございました。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(M . I) 不許可

H 29 年 3 月 26 日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 K.O 年代() or (51) 歳

ひとつの事をやっているのに違うことを考えている事がよくあり、そのような時は、本来やるべき事に集中できていると感じて、自分の意識下で集中力をコントロールできるように努力したいと思い受講いたしました。

受講して学んだことは、やるべき事の優先順位をつけて、優先順位の高い事が、他の事は考えずに一つずつ解決していく! もしできなくてもくよくよせずに先様ちよく忘れる! ということです。

そして、1日が終わる、そろ今日1日の達成感を味ゆうことを、今日から始めて続けていきます。本日はどうもありがとうございました

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(K.O) 不許可

2017年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中力プログラムを受講して

お名前：ヒロ 年代(40)or()歳

集中力をつかうのは大変だと思っていましたか

小田先生の話で集中力を出す事はたのしい事だと分かりました。

今からやる事は、のうにしてのノイズを取る事

そして何かをした時にホメる事をします。

今日もいろいろありがとうございました。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他(メルマガ)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(ヒロ) 不許可

2017年 3月26日 開催地域(東京) 講師名(会長)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 長谷部 吉信 年代()or(38)歳

今回は自分の集中力を上げたいというのもあるけど、社員にどう生かすか?

という目的もある。社員が帰来ない。忙しいのにどう見ても集中していない。

今日学んだ事を整理して伝えたい。

アイビリーテクニックは今まじ何となく頭にあた事がクリアになった。

一点見つめ集中はあつめる場面で使えると思う。

日頃自分でも言っている イメージ・集中の言葉により重みを出せる会社だ。

自分も含め、睡眠、食べ物、心の状態の大セオリーを従業員と共有して

みんながよい毎日を送るよくなると ~~いい~~ 嬉しいです。

今後、どう伝えようか? 聞を入れてもらいたい方を考えたいと思う。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

H29年3月26日 開催地域(東京) 講師名(伊田芝生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 ・T.K 年代(60) or () 歳

集中力が低く、散漫の方が大抵、本を読んでいても雑念が入り

頭の中に入ってしまう。勉強しても、繰り返し教科書を読まないと、

理解できず、時間がかかった。

受講後は、以下の実を実行し、少しも集中力が高まったと思う。

まず、向上心・進歩・楽しい ということにやる気の源を起して、やりたいことに

長期集中すること。集中力の阻害を少なくするために、一日の行動を

前日に考へて準備すること。決断したことは「これで良かったのだ」と自分に

言い聞かせ迷わないこと、やり遂げたことは自分をほめて、やる気を

高めておくこと。睡眠は、体調管理に務めること。朝起きた

ときは「良く寝た。いい気持ちだ」と言うこと。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(T.K) 不許可

2019 年 3 月 26 日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 Y.T 年代()or(49)歳

集中状態に入るときのスイッチの入れ方として 1 点を見つめる方法を実践してみたいと思います。スマホやパソコンを見ている時間が長いので、その時間をコントロールしてより価値のある事に回していきたいと思っていますが「何か何か きっかけがつかめなからな」は マーケティングの時間を朝一番 25 分以内と決めてやっています。(EBS のいちばん貴重時間を X-1 に使うのは いかげんか... とも思うので この時間を活かすのが今後のテーマです。)

6 つの課題を書き出すこともやっています。

基本的には今現在の状態は かなり先生の話を聞いたことをやっています。まだ 完全にはできていない部分を埋めて、その結果を味わってみたい。 (日有難うございました)

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ あり ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ あり ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可 (Y . T) 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田 先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 M.N 年代()or(50.)歳

今回の集中カプログラムを受講して、長期集中カ、短期集中カかの
違いが抑えて、長期集中カでは、いかに、やる気が大事で、これが
と、やりとげの気持ちに、はたして、と納得した。短期集中カでは
不用の物を無く、スマホ、TV などを見ない、x-uの確犯、は防衛
を決める。又、个々の要素を取り込める等、(これは)可に実践
して、これこそが、一回の集中時間の、半分が良い、実践前
前は、一点注視が、言う、は、初めて、で、今後は、本を、読む
前は、一点注視、の、始まる、と、して、で、今後は、ToDoの、6つ
を、優先順位を、付け、①が、終り、は、②を、(は)、という、仕事
方法、実践、した、内容、である、後は、健康、に、気を、付けて、体の
問題は、取り、除いて、集中カ、は、は、さ、せて、い、ように、書、ける、つ、り
である、集中カ、プログラムの、効果、が、ある、と、証明、したい、

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可(M.N.) 不許可

2017年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 N.S 年代()or(44)歳

本日のセミナーは、集中をコントロールできる形にしたいと
思い受講しました。まず"コントロールは自分がおこな
集中を高める"のか、長期集中、自分のやる気の源の"イメージ"
しかりと押さえてあげて理解しました。自分のキーワードが、"ゆわい"のど
のイメージ、しかりと明確にしたいと^{試験勉強をしたい}思いました。
自分がなかなか集中できないのか、やってみると対称性からおきている。
今日の発見は、自分の決めごとを、"ゆわい"のど"と思うように
して取り組むことだと思います。具体的取組として、(点を
集中して、時間を区切ってやること、(歩)歩を喜び、これを
実践していくことだと思います。もう一度やる気のスイッチを
しかりと押さえる形に、目的を明確にします。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田 三三)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 伊原 義司 年代() or (50) 歳

自分は 周囲の人たちから「集中力が高い」と言われて
来ましたが、なぜ集中力が高いのか? の理由が
今日のプログラムで 整理出来ました。
従って、今後さらなる集中力を身につけるためにも
本日学習させて頂いたプログラムの内容を より実践
する事で、それが実現できれば、イメージも高まります。
集中力が高ければ、高ければ、人生は豊かになり
感じられるので、より成実なイメージも目立ります。
今年で50歳になりました、これから人生は、おそろく
「あ、早く自由に終わりたい」とも感じてしまったり
少しだけ、さみしい、感覚も同時に味わっています。
引き続き、日々をよりよく頑張りたいです。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他(他のコースを申し込ませ)

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

29年3月26日 開催地域() 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 M.S. 年代()or(47)歳

今日の参加目的は、試験勉強で集中をしたい為、参加しました。今日、予んお事はエニプログラムを使い、自分の長期目標にスイッチを入れること、短期目標ける化ソーネクックを使い、「やる、できた、嬉しい」感もちも決の状態に持っていきたいです。そして次の日には、「この事も達成するぞ」という楽しみを持ちたいです。睡眠は今朝勉強する為、早く起る時間ぐらいいしか寝ていなかったですが、睡眠時間もとりたいたいです。部屋を暗くする、目の疲れをとる、ふくらはぎのケアをしていきたいです。集中できない時は1分間物あみつけ集中力を高めていきたいです。

今日はありがとうございます。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない
未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年 3月 26日 開催地域(東京) 講師名(小田先生)

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 Y.I 年代()or(45)歳

「忙しい」とは「1つのことをやっているときに、他のことをやらなくてはい」と思っていること、

なるほど、その通り!と思ひませ。意識的に1つのことに心を向ける技法として

一番大切だと思ひしたのは「自分で決めて、喜ぶ、後悔しなさい」ということ。

「集中カ」という遠くをカリロで学びませに、基本は記憶術で学んこと
と同じなのだと思ひませ。

これから私が実践しよと思ひこと

- 自分の選択に自信を持つ = 決め = 優先順位に自信を1手とりくむ。
- 集中できよときは 1点を見つめてやる。
- 一日のおわりに でき = 自分を1まめて、できよかったことは明るく忘れる。
- メールは朝と午後、各1回、25分で済ませる。
- 毎日のおわりに必ず「明日の To Do リスト」を作る。
- 睡眠を大切にす、

ありがとうと思ひませ。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったキッカケ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか? ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか? ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・ブログ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可

2017年3月26日 開催地域(東京) 講師名(小田 全宏)
先生

アクティブ・ブレイン・アカデミー 集中カプログラムを受講して

お名前 H.O 年代(40)or()歳

集中カが溢れていた。並行して事をこなすのが苦手。片手でも
やらせようとした。7ヶ月間も新しいことにチャレンジする経験
がなかったことへの悩み。参加した。

今回の「集中カ」を身につける過程として、長期的には、できる姿を
イメージすること。短期的には、作業の源の明確化、集中を阻害
する要因を作らせないため、整理整頓を予定に落とし込むこと。それ
への対応も含む。Pレコーダーを使う管理、達成可
能性を考慮した柔軟な目標の設定。集中の仕組みの儀式やルー
ティンを生産性向上のツール、心身のコントロールなど、実践可能な
ことを具体的に学べた。ありがとうございました。

集中を身につける強み、喜びであることと心にゆとりを、望む人生に
つなげる毎日を送む習慣を身につけたらと思ってくれた。

この講座を 紹介 協会 HP 講師 HP Facebook Twitter ブログ 書籍 他メディア
知ったきっかけ 研修 その他()

アクティブ・ブレイン・セミナーを受講したことがありますか？ ある ない

未受講の方、アクティブ・ブレイン・セミナーに興味がありますか？ ある ない どちらでもない

この感想文をアクティブ・ブレイン協会や認定トレーナーのホームページや SNS・プロ
グ等に掲載する承諾の確認です。該当する項目にチェック☑を入れて下さい。
 実名で許可 イニシャルで許可() 不許可