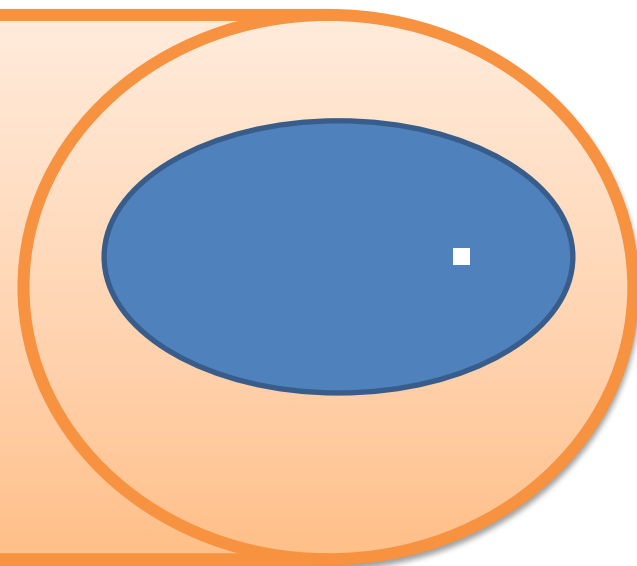


“強靱な心を育む”

企業内レジリエンス研修事例
「絵手紙コミュニケーション」
をどう進めているのか？
知りたいなあ～！



2016年1月28日
ヒューマンレジリエンス部会
川 口 整（かわぐち ただし）

<レジリエンス> × <絵手紙コミュニケーション> 両細胞ハイブリッドのエンジンルームー1

<そもそもの川口 整が総称「絵手紙コミュニケーション」をはじめた動機は？>

- (一) いままで、やってきたことに「形」が残っていない、口先だけと気づき恥じた。
今まで何をやって来たのか？
- (二) 以前、講師の先輩から、仕事から受講生に意を伝えるのは、
素直が一番伝わるといわれた。伝えられたか？
- (三) 人材育成の研修メソッド&テクニックに疑問を？
成長のスキルとなるリアリティーなメソッドを研究開発していた。

<絵手紙は「何を」表すのか？>

- (一) 作成は、感謝を表現し、感動を届けるリアリティー・メソッドです。
双方向コミュニケーションの「絵コミュ・ワーク」です。
- (二) ルールは一つ、読めるように描くこと。
自分の思考次第でいかようにも描写できます。その空間が面白い！
- (三) 文章は個性を表す。絵手紙は気遣う感性が描かれる。
持ち味が発揮できる。「レジリエンス絵手紙」です。

＜レジリエンス＞×＜絵手紙コミュニケーション＞ 両細胞ハイブリッドのエンジンルームー2

＜絵手紙の魅力は？＞

- (一)自分の「意を継ぐ」手立てとなる。相手を思い、何を伝えるのか。
墨を擦るプロセスは自分だけの宇宙観です。
- (二)一字一角一辺に心を込めて筆を動かす。
一意専心に。心のコントロールを磨く。レジリエンス力を育む。
- (三)自分にはないものに、周囲へ迷惑をかけているなどに気づく。
何をやりたいのか？ 夢・志、目標を。楽しい！

＜「レジリエンス絵手紙」のリザルトは一絵手紙を描く行為は「何を得るのか？」＞

- (一)「交じらい」・「誼を結ぶ」を。「交流」を。絵手紙の感動は相手に「形」で残り、
認め合い、支え合う仲間です。
- (二)絵手紙を描く本質的な動機・行為は、「集中力」・「思考力」・「決断力」の
スキルを育みます。レジリエンス力。
人間修業・道徳観～仁・義・礼・智・信で、強靱な心、精神、心理を育む、
レジリエンス力のワークショップです。
- (三)自分の「意を継ぐ」。後世に形で留めます。
たとえば、自分の絵手紙アーカイブ or. 絵手紙文章は第3のDNAへと継ぐ。

レジリエンス力を育む “ヘタでいい” 絵コミュ・ワークの名文集

〈組織・人材育成レジリエンス力教育へ溶け込む絵コミュ・ワークのことばー1〉

《絵手紙創始者・小池邦夫のことば》

「絵手紙とは、自分の思いを、感動を、拙くてもいい、
文才も、絵心も、書才もいらない、正直に描くもの」

《小説家・詩人・画家・武者小路実篤のことば》

「書は、人に読めなければならない。
自分のことばでなければならない。
素直になって、集中してものを見て、
それを全力で書けば(描写)、人を動かすことができる」

“ヘタでいい・ヘタがいい” “絵手紙は言葉が主役・絵は脇役だ”

《論語第45章・老子のことば》

「大巧は拙なるがごとし(大巧若拙)」

- ・中川一政・滝井耕作・ピカソ・棟方志功
- ・岡本太郎・緒方拳
- ・片岡鶴太郎・長淵剛.....

レジリエンス絵手紙は
EQ能力開発の
感情ファクター！

〈絵手紙を描く技術は一つだけ〉
書くのはどんなペンでもいい。
が、なるべくなら墨筆で描くのが
人間修業(レジリエンス力)を積む。
大きな志をもって、心を刻み果たす！！

レジリエンス力を育む “ヘタでいい” 絵コミュ・ワークの名文集

〈組織・人材育成レジリエンス力教育へ溶け込む絵コミュ・ワークのことばー2〉

《昭和の日本画家・小林古徑のことば》

「書道界の方々は、強い字、美しい書がいいという。

技術優先である。ヘタでいいというとは抵抗する。馬鹿かという。

美しい字ってなんだ？ 整った書は見せかけの字だ。

いい書は、心に響く字だ、心に届く字である」

《小池邦夫のことば》

「感動がない手紙は、相手のことを考えていない独りよがりの作品だ。

絵手紙は生きている。第3のDNAになる」

《彫刻家・詩人・画家・高村光太郎のことば》

「書の最後は芸術である。紙に書かれた字は彫刻である。

力いっぱい心を込めて、腹に力を入れて描く」

《日本の言語学者・東工大名誉教授・小林英夫のことば》

「編集者(まとめ役・経営者・リーダー……)は、美術を学ばなければならない」

《画家・セザンヌのことば》

「手本はいらぬ、師は自然である」

《俳人・歌人・正岡子規のことば》 レジリエンス絵手紙は

「俳句は、写生(描写)である」

EQ能力開発の
感情ファクター！

〈絵手紙を描く技術は一つだけ〉

書くのはどんなペンでもいい。

が、なるべくなら墨筆で描くのが
人間修業(レジリエンス力)を積む。
大きな志をもって、心を刻み果たす！！

某製造メーカー＜管理者候補リーダーシップ発揮研修＞ レジリエンス力教育「絵コミュ・ワーク」実習風景

絵コミュ・ワーク実習前
のグループミーティング



絵コミュ・ワークの教材類



↑絵コミュ・ワークの演習風景



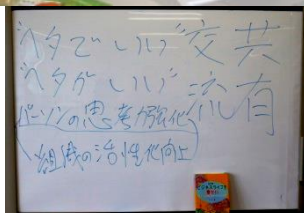
↑受講生と絵コミュ・ワーク作品の記念写真



→A班受講生の絵手紙巻紙作品



→墨筆で紙に刻む絵コミュ・ワークと
板書「ベタでいい」とコンセプト



↑絵コミュ・ワークの演習風景

→B班受講生の
絵手紙巻紙作品



テーマ
「職場の方へ巻紙で感謝の絵手紙」

レジリエンス絵手紙人材育成プログラムの事例

＜経営者－管理者向け＞ 「レジリエンス・マネジメント

講演・研修」

- ◆位置づけ:階層別研修と組合せ
- ◆日 数:90分～3日間
- ◆参加者数:研修は20名以内

部下を！職場を！元気にさせる研修
～逆境にくだけない心を鍛えて社員のビジネスライフを豊かに！～

【期 日】 平成〇年〇月〇～〇日（1日～2日研修） 9:00～17:00。
【講 師】 コンサルティング・シオン事務所 代表 川口 整。
【対象者】 中小規模企業の経営幹部、管理者、有望な若手。

【狙 い】
職場・ビジネス場は、その都度の変化に応じた“元氣、なリーダーシップ発揮が求められています。仕事の環境は変化が激しく、部下はストレスやプレッシャーが、ずっしりと湧き起こっています。トラウマ、負の思い込みや規制観念が、逃避のコミュニケーションを生んでいます。今、部下は、職場は、折れない心を鍛えるのが不可欠。
本講座は、失敗を怖れずに挑戦する人材を育成したい。想定外の変化に諦めないポジティブ思考回路の工事を施す。逆境でもへこたれない意志の力を持つなどのコツを紹介します。部下は変化に反抗せず、柔軟に対応でき、機会を創る。目標の達成は自己への自信を高めます。部下ひとり一人の達成経験は、職場の底力を成長へ向かわせます。ワークは、持って生まれたプラス思考やしなやかな持ち味が自覚め、元氣なプライドを認識し、明朗になる体験を狙いとしています。

【内 容】

1. 明朗な部下、元氣な職場の形成ノウハウの整理

1. 上司の無神経な言動が職場の元氣さを失う虚しさ
2. 目標未達成は否定的な思い込みの幻想曲を奏でる
3. 部下への期待は本当に動機づけになっているの
4. 職場は仲良しグループの明るさに眩惑されている
5. 部下は気分よくやっていると思う勘違いの悲しさ

II. 心の力を支えるレジリエンス・マッソルのアプローチ

1. 失敗した部下が底落ちから脱出するレジリエンス・カーブ
2. 這い上がる部下の元氣！しなやか！へこたれない！心の筋肉とは

III. レジリエンス・リソース発揮のワーク

- ステップ1：負の思い込みと成功例を再現
ステップ2：キャラクター（上司）と感謝の念を思い出す
ステップ3：折れない心の支えになっているもの
ステップ4：粘る・這い上がる心の課題を整理
ステップ5：やればできる！ポジティブ思考への転換

IV. ストレス回避のポジティブ思考と部下育成のアドバイス

1. 意外や！部下が明朗に弾むポジティブ思考の効力
2. 部下がプライドを取り戻すそのほめるとは
3. 部下のフレッシュさが吹っ飛んだ実践例

VI. まとめ

～元氣な職場を維持する番外ツボは！～

＜全階層＞ 「レジリエンス絵手紙講演・研修」

- ◆位置づけ:目的別研修と組合せ
- ◆日 数:90分～2日間
- ◆参加者数:研修は20名以内

『仕事力&人間力の向上心を育む絵手紙コミュニケーション講座の主旨』

「教養人は、学芸を通じて友人と交わる。その友誼によって、お互いに人格を高めるのを助け合う」（論語・第12～24）《絵手紙紙コミュニケーションを自分のものにするとな人生豊かになるよ！》

＜絵コミュ・ワーク力は「感動を届け」仕事を有効に有利に交わす型＞

＜ポジティブ思考と生きる意志を鍛える絵コミュ・ワーク形＞

＜職場・ビジネス場で折れる心を明朗に支える自尊感情の絵コミュ・ワーク＞

*自尊感情＝自らを誇る・プライドや人格を尊び、品格を保つ強い気持ち。さらに相手に対して同じ気持ちを持つ＝相互依存。

＜目標観＞

＜リーダーシップ発揮するために、感性・アンテナを研ぎ澄ます法則を実践する＞

＜仕事力×絵手紙力のハイブリッドは“集中心力・思考力・決断力。三軸向上を目指す”＞

＜紙素の絵手紙軸は見える化で感動を伝え、あなたの“持ち味発揮。職場を燃えさせる”＞

✦レジリエンス・リソース発揮（生得的な持ち味発揮）の絵コミュ・ワーク実習プログラム✦

時 間	項 目・内 容	メ モ
開講前	【鑑賞1】絵コミュ・ワークハガキ「オリエンテーション」	「絵手紙デキスト」「研修ノート前半」
9:00		
9:15	【実習1】レジリエンス解説（1）「筆墨トレーニング」	「絵手紙のススメ」
	【作業1】「基本！絵コミュ・ワークハガキの実技」	→画仙紙ハガキ
	【作業2】「落款用の篆刻印を作成」	→消しゴム印彫り
	【展示・講評1】レジリエンス・リソース発揮（1）【実習2】絵コミュ・ワーク半紙・色紙	「絵手紙のススメ」
11:00	「絵コミュ・ワークが仕事に通じる活力」	「絵手紙デキスト」
12:00	～昼食休憩～ ※途中中小休憩※	
13:00	「絵コミュ・ワーク文章・句の作成説明」	「研修ノート後半」
	【実習2】レジリエンス解説（2）「絵手紙紙コミュニケーション文章・句の作成」	「感動テンプレート」
	*添削指導	
15:00	【鑑賞3】絵コミュ・ワーク巻紙スライドショー【作業3】	→画仙紙巻紙
	「絵コミュ・ワーク巻紙 or 色紙の実技」	
16:30	【展示・講評2】レジリエンス・リソース発揮（2）【講座のまとめ】～継続は力なり！～	「研修ノート：番外ツボ&50 コンセプト」
17:00	過去には変わらない、未来は変わる。自分は変われる	

*講座運営の環境・状況に合わせ、内容や時間を柔軟に対応します。

＜躍動感・学習心・自然体＞

＜管理者候補年間シリーズ研修の 「絵コミュ・ワーク実習」＞

- ◆位置づけ:リーダーシップ発揮研修
- ◆日 数:2回実施／12回シリーズ
- ◆参加者数:20名／G
- ◆担当講師:川口 整

Ⅲ期 チームリーダーシップ発揮研修実施カリキュラム工程表									
2015年4月11日記									
チームリーダー研修の狙い、目標感は、2014年(平成26年)8月6日に提示され、承認されている。現在、研修は計画通り進捗中です。 新年度平成27年を迎え、研修回数がクォーターを過ぎているなか、振り返りを実施した。 当初の狙いと目標感に順い、プログラム内容および運営の見直しを行った上、下記の一頁表の通り再提出し共有する。 【狙い】 職長・係長として、JAを取り巻く大きな変化を受け止め、恒々の仕事力と人間力を見直し、リーダーシップ発揮・束ねの一面割けに「自立」のマネジメント能力を目指す。 【目標感】 1. 我が社の増えたパワーを受け入れて、受け継ぐコミュニケーション能力を高める。 2. 職場に影響を与える、範を垂れる人間づくりのコミュニケーション「積極」に実践する。									
【各回の実施プログラム工程表(予定含む)】 尚、貴社・受講生の諸事情により、プログラムは柔軟に対応される。									
回	延 名	実施日	狙 い	項 目	講義・実習・演習・作業等々	担 当 者	備 考	補足事項	
1	1	2014.08.13	研修のはじめに当たり	キックオフ、社長の前示。	個人診断・集団作業、	八幡社長	以降、担当講師は川口整	満足事項	
2	2	2014.10.18	JA/KKS総機組織概観を知る	グループ活動のガイドライン	グループレッダーの育成	八幡社長	メンバー制運営の重点説明		
2	1	2014.11.15	コミュニケーション実践を知る	ケーススタディーの実習	傾聴力の自己点検	堀永登彦	講話の聴き方トレーニング		
2	2	2014.12.13			話し方・聴き方の演習	堀永登彦	感受性訓練手法を採用		
3	1	2015.01.24	コミュニケーションの	手書きの作用・その取り方	コミュニケーション/傾聴	深沢技術士	メンバーとの面談を指示		
2	2	2015.02.14	個人と集団および組織の概要	組織文の書き方	ノートの書き方実習	深沢技術士	役割制約の特徴で自己点検		
4	1	2015.03.07	ビジネスに於ける	集中力・思考力・判断力と、	ビジネスのアウトな手紙を	B-絵手紙ことば本を贈る	停止		
2	2	2015.04.11	情報的伝達の手紙を	共有・交流の推進手段とは	言葉へ言葉の方向性	停止	法則＝40の40ととぞ法		
5	1	2015.05.16	説明文章の法則を	職場環境の問題発見に	内容を充実した文章を	佐野登彦	C-心・礼・智・信の自己点検		
2	2	2015.06.13	レジリエンス絵手紙の	問題を客観的に	絵手紙コミュニケーション実習	森松孝彦	A-7年手書き軸		
6	1	2015.07.11	論議文章の法則を	職場の問題を論議的に書く	納得される文章を書く	森松孝彦	C-心・礼・智・信の自己点検		
2	2	2015.08.08			演習に挑戦する	佐野登彦	A-7年手書き軸と引		
7	1	2015.08.12	外報の重要性を	ビジネス・プレゼンテーション	原稿作りから読みまでの演習	八幡社長	C-心・礼・智・信の自己点検		
2	2	2015.10.10			聴取を感動させられる	八幡社長	A-7年手書き軸と引		
8	1	2015.11.14	交渉力を身につける	思考力の強化を	ケーススタディーの実習	相手に対して知覚の配分を			
2	2	2015.12.12	交渉法則の理解を知る	チーム対抗戦	高向安次を				
9	1	2016.01.23	ディベートで	傾聴に、ひらめきの伝達能力	傾聴力・傾聴力	高向安次を	ジョブ・コミュニケーション能力		
2	2	2016.02.13			対峙してみる		は総合的・整理		
10	1	2016.03.12	職場の問題解決手法を知る	組織開発理論(OD)を学ぶ	ゴールデックス・フロン手法	問題発見の感性を			
2	2	2016.04.16	職場のリスクマネジメントを	ベリリ・ハザード・リスク管理	個人から集団討論へステップ	職場内の見えにくい人間関係			
11	1	2016.05.21	目標によるマネジメントを知る	職場づくりとMBOの本質を	自己啓発のテーマを	QO(ラズマン)予取の愚案			
2	2	2016.06.11		何のため目録なのか	自己啓発のテーマを	志・志・志の自己改革			
12	1	2016.07.09	仕事アテンションのなか	傾聴に、ひらめきを	傾聴力・傾聴力	オフトークを			
2	2	2016.08.08	傾聴に、心で	傾聴力・傾聴力	傾聴力・傾聴力	傾聴力・傾聴力			

ジェンイ北九州(み)朝日新聞株式会社研修事務局 管理部長 樋 田 尚 洋

コンサルティング・シオン事務所 代 表 川 口 整

【参照:巻末に「90分講演」の
タイトルを一部表示】

レジリエンス絵手紙は、
交じらい支え合いにて強靱な心を育む

ご紹介の機会を与えていただき、
ありがとうございました。

ご清聴を
感謝します。



レジリエ
ンス協会
の発展に、
ご協力ご
支援をど
うぞよろ
しく願い
します。

～中年・壮年のヒューマンレジリエンス体験90分講演実施中～

A:『家族崩壊寸前！ 底力レジリエンス・エンジン点火』

B:『迫る壮年クライスを？ 救うレジリエンス・スキル育成法』

C:『職場上下崩れた関係を！ すうっとレジリエンス絵手紙』

～講座:『心のリハビリ絵コミュ・ワーク体験5時間講座』～

@ご質問は、当部会宛か、下記PCメール川口までお願いします。

メールアドレス: zion21@topaz.ocn.ne.jp

あなたの自作の絵手紙をキャッチしています。

キャッチ＝
交じらい・認め合い・支え合いなど。