

WAP NEWS

宮崎ワールドアスリートプロジェクト

パップトーク



第4号 2025年5月17日
宮崎ワールドアスリートプロジェクト
実行委員会事務局

第4回育成プログラム
-2025.5.17-

今回のプログラムは、日本パップトーク普及協会の遠坂有太郎氏のご指導のもと実施しました。当初、ジュニアはカヌーの競技種目体験を予定しておりましたが、悪天候のため中止となり、急遽プログラムを変更して、シニアと合同で「パップトーク」の講義を受講することになりました。プログラム内で、自分自身の「良いところ」「悪いところ」をそれぞれできるだけ多くあげるワークを行いました。ほとんどのアスリート生が「悪いところ」の方が多くあがる結果となりました。その中で、遠坂氏からは「物事の捉え方を変換することで、短所も長所として活かすことができる。」という考え方を教えていただきました。また、パップトークは、自分自身や相手のやる気や集中力を引き出したり、仲間を勇気づけたりするうえで最適な手段であることを学びました。普段の自分自身の言動や考え方を見直す良い機会となり、視点や考え方の幅が広がる有意義なプログラムとなりました。



〔WAP NEWS は県スポ協のホームページでもご覧いただけます。〕

<https://www.miyazakiken-taikyo.jp>

宮崎県スポーツ協会

検索

