

2013年8月8日

JTBコーポレートセールス  
アチーブメント株式会社

## 旅行業のJTBグループと教育研修のアチーブメントが 坐禅(五感を刺激する)を活用した人材育成プログラムを共同開発

JTBグループで法人向けに旅行をはじめとした様々なソリューションを提供する株式会社JTBコーポレートセールス(本社:東京都新宿区、代表取締役社長:川村益之)は、教育研修のアチーブメント株式会社(本社:東京都品川区、代表取締役:青木仁志)の協力により、企業のニーズに応じて坐禅を活用した各階層向けキャリア研修プログラムを試行してまいりました。スピードを競うグローバル社会こそタイムロスになりながらも“自らを棚卸し、しっかりと自己対峙させる事が自らの行動変容を起こさせる”との考えに立ち、今回商品名を「PIT IN (ピットイン)」とし、8月26日より正式に販売を開始いたします。

JTBは長年多くの人々を寺院にお連れしております。凜とした空気張詰める厳粛な本堂の中で袈裟を身に纏った僧侶の法話が、聞く人の“集中心”を自然と高めさせ、心にすんなりと入っていく光景を目にしてきました。「お寺」というところは机上の空間とは全く違う「気持ちを集中させる環境」があり、「自分としっかりと向き合える空間」だということに改めて発見いたしました。

研修ご担当者様からは、“良い講師をお願いしているのになかなかモノにならない”という声をお聞きます。また、現代ビジネスマンの多くは1人で“多くの業務”を抱えており、更にスピードや効率性重視の傾向から何事においても「じっくり考える時間がない」「目の前の仕事に追われ長期的ビジョンが描けない」との声が数多く聞かれます。

そこでJTBは五感を刺激するお寺での“坐禅&写経”を活用し、参加者自身が内面(心)と深く向き合わせた状態(禅&写経)で、しっかりと自己対峙(研修)させる研修プログラムを開発しました。

この度のプログラム共同開発のアチーブメント社は、1987年の創業以来“行動の変化は意識の変革から始まる”という考えから“リアリティセラピー”の基礎理論となっている心理学をベースとしたキャリア開発を研究しています。その“自らの意識の変革”という考えが、お寺での自己対峙する体験と親和性があることを相互に理解し参画していただくこととなりました。自分自身の内面と深く向き合うことの重要性を主張し、現在までに受講生は延べ30万を超え、600社以上の企業に研修を導入しております。

まずは、東京都内及び近郊で展開し、(東京グランドホテル内の曹洞宗壇信徒研修場や、鶴見の總持寺等を活用)、徐々に体験できる施設を全国に広げていく予定です。

本年度、メーカー・IT関連企業を中心に、グローバル企業を含め、100社5000名の取り扱いを目指します。

※五感を刺激 視覚(本堂) 触覚(畳) 嗅覚(お香) 聴覚(法話) 味覚(少食)

## ＜ZENを活用したキャリア研修「PIT INN」概要＞

●販売価格 1人あたり約4万円～（2日間・3食・2人1部屋宿泊費込み）

現代ビジネスマンの多くが抱える悩みの一つに「忙しくて将来のことを考えられない」という悩みがあります。スピード重視・効率性重視の職場環境の中で一度立ち止まって自分の立ち位置を知ったり、長期的なビジョンを描いたりすることがいかに大切かをお寺の修業体験を通して自ら気づき、2日目の体験学習でさらに現実生活に置き換えて考える。自分自身を整える研修効果を狙いとしています。

### ●研修の流れ

#### ■1日目

13:00	<b>■坐禅体験①</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・坐禅体験① ～自己と向き合う</li> </ul>	短い時間から、徐々に長い時間座れるよう、基本事項を伝えながら、 <b>こころを落ち着けながら</b> 坐禅を体験します。
	<b>■写経・法話</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・写経 ～自己を写しだす</li> <li>・法話 ～体験を振り返る</li> </ul>	こころ静かに一字一字お経を写していきます。お経にはその時の <b>こころが写し出されます</b> 。坐禅と写経の体験を <b>法話によって振り返り</b> ながらさらに自己と向き合います。
18:00	<b>■薬石(夕食)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・夕食 ～食からの気づき</li> </ul>	<b>一言も会話をせずに</b> 静かに自分と向き合いながら食事をとります。改めて、多くの人の <b>お蔭で</b> 食事がとれることに気づき、命の大切さや人との絆への実感を深めます。
19:00	<b>■坐禅体験②</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・坐禅体験② ～自己と向き合う</li> </ul>	こころ静かに時間をかけて坐禅を再度体験します。初めはなかなか自分と向き合うことが難しくても、繰り返すことで、自己探求が深まります。
20:00	<b>■宿題(個人ワーク)</b>
講師からの宿題に向け個室にて <b>自己対峙</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人生理念を考える</li> <li>・自分のありたい姿を描く</li> <li>・周りから期待されること</li> <li>・7つの領域(※注釈)の棚卸と理想の可視化</li> </ul>	
21:00	・消灯

#### ■2日目

6:00	<b>■暁天坐禅・朝課・作務・小食(朝食)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>・坐禅体験③ ～自己と向き合う</li> <li>・朝課 ～朝のお勤め</li> <li>・作務 ～掃除など</li> <li>・小食 ～粥などの朝食</li> </ul>	三度目の坐禅体験でさらに自分と向き合います。その上で、経を読むなどの朝課、掃除などの作務を体験し、食事まで、 <b>徹底的に自己を見つめます</b> 。									
8:00	<b>■体験学習①</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>・坐禅体験の振り返り ～体験学習への橋渡し</li> <li>・宿題の振り返り ～宿題の気づきを共有</li> <li>・体感ワーク ～ブラインドワーク</li> </ul>	坐禅体験を振り返り、深まった <b>思考を徐々に整理</b> 。個人の視点から協力や信頼という組織の視点へ <b>体感ワークを通して導きます</b> 。									
60分	<b>昼食休憩</b>									
13:00	<b>■体験学習②</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>・人の行動のメカニズム ～モチベーションの源泉</li> <li>・アチーブメントバランス ～7つの領域の目標設定</li> <li>・キャリアプランニング ～トータルプラン</li> </ul>	<b>モチベーションの源泉を確認した</b> 後、2日間の取り組みを <b>フレームワーク</b> によって人生プランに落とし込み、会社でのキャリアプランを明確にします。									
16:00	<b>■研修修了後の参加者の状態</b>									
<p style="text-align: center;"><b>確固たる自己を見つけ、人生プランを描いた上で、会社でのキャリアプランを再考している。</b></p> <p style="text-align: center;">注釈：【プランを描く7つの領域】</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">1.健康・体力分野</td> <td style="width: 50%;">5.人間関係分野</td> </tr> <tr> <td>2.家族・家庭分野</td> <td>6.仕事・職業分野</td> </tr> <tr> <td>3.能力開発分野</td> <td>7.蓄財・経済分野</td> </tr> <tr> <td>4.趣味・教養分野</td> <td></td> </tr> </table>			1.健康・体力分野	5.人間関係分野	2.家族・家庭分野	6.仕事・職業分野	3.能力開発分野	7.蓄財・経済分野	4.趣味・教養分野	
1.健康・体力分野	5.人間関係分野									
2.家族・家庭分野	6.仕事・職業分野									
3.能力開発分野	7.蓄財・経済分野									
4.趣味・教養分野										
開催場所：曹洞宗宗務庁 壇信徒研修場(港区芝) 曹洞宗大本山總持寺等 宿泊先：開催場所及び東京グランドホテル等										

<会場の一例>

■ 都内のホテルの5Fにお寺が存在する！(東京グランドホテル内)



<報道関係の方からの問い合わせ先>

株式会社ジェイティービー 広報室 TEL:03-5796-5833  
アチーブメント株式会社 広報担当 遠藤 TEL:03-3445-0420

<一般のお客様からの問い合わせ先>

株式会社JTBコーポレートセールス 営業推進本部 担当:三上、中村、林、堀内  
TEL:03-5909-4411  
Email:a\_mikami325@bwt.jtb.jp