

## WHOLE LIFE お客様アンケート

この度は、WHOLE LIFEの講座にご参加いただき、誠にありがとうございます。今後のサービス改善のため、ぜひ、お客様の率直なご意見をお聞かせください。

【ご記入にあたって】 匿名でご回答いただけます。ご回答いただいた内容は、サービスの改善目的以外には一切使用いたしません。

### 1. 講座の満足度を教えてください。

「5: とても満足」から「1: 不満」の5段階評価で、最も近い数字を1つお選びください。

項目	5	4	3	2	1
講座全体の満足度	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 2. 講座を受けようと思った理由、決め手についてお聞かせください。

(例: 友人の紹介、ウェブサイトを見て、悩みに合っていたから など)

自分の育児に自信がなく悩んでいたところ  
インスタで あきさんの講座のことを知りました

3. 受講する前は、どのようなことで悩んでいましたか？

(例：子育ての方向性、自分自身のキャリア、家族との関係 など)

子育ての方向性で悩んでいました。

自分自身が親との関わりが少なかつたので  
子供にどう接するのが正解なのかわからず  
毎日悩みながら過ごしていました

4. 講座を受ける前と後で、考え方や行動にどのような変化がありましたか？

具体的なエピソードを交えて教えていただけますと幸いです。

講座を受ける前はいつも「なぜか不安」な毎日を過ごしていました。子供の脳みもあるけど「そこまで」大きな問題はなく夫との関係も良好なのにいつも得体の知れない不安感がありました。講座を受けた後は自分自身の事が「良く理解できたのがすごく良かった」と思います、思考の歪みやなぜ不安を感じていたのか「が」わかり、講座で「学んだコミュニケーションのとり方など」を実践していくうちに相手の反応も今までとはちがうことに気づきおどろきました。子供もこの2か月間でとても良い変化がありました。前よりもいろいろなことに挑戦しようとしてみたり、一人で登校できなかつたのができるようになったこと、自分の気持ちや意見を一生けんめいに伝えようとしてみたり、そんな子供の変化を感じるたびに私自身もだんだん自信がついてきて前向きな考え方に変わってきました。



#### 4. 講座を受ける前と後で、考え方や行動にどのような変化がありましたか？

具体的なエピソードを交えて教えていただけますと幸いです。

講座を受ける前はいつも「なぜか不安」な毎日を過ごしていました。子供の悩みもあるけど「そこまで」大きな問題はなく夫との関係も良好なのにいつも得体の知れない不安感がありました。講座を受けた後は自分自身の事が「良く理解できたのがすごく良かった」と思います、思孝の歪みやなぜ不安を感じていたのか「が」わかり、講座で「学んだコミュニケーションのとり方など」を実践していくうちに相手の反応も今までとはちがうことに気づきおどろきました。子供もこの2か月間でとても良い変化がありました。前よりもいろいろなことに挑戦しようとしてみたり、一人で登校できなかったのができるようになったこと、自分の気持ちや意見を一生けんめいに伝えようとしてみたり、そんな子供の変化を感じるたびに私自身もだんだん自信がついてきて前向きな考え方に変わってきました。

5. 「独学とはここが違う!」と感じた、この講座のおすすめポイントを教えてください。

(例: 講師からのフィードバック、仲間との対話、体系的な知識 など)

今までにはユーチューブや育児書など読んでたりして何となく頭ではわかっていても行動に移すことはありませんでした。今回この講座を受けてみて感じたのはとにかく講師の知識がすごいです。2時間の講座でとても内容も濃くもっと話を聞きたい! さっそく実践してみよう! とわくわくしていました。あとは講座仲間との対話しながら実践していくというのもより理解が深まった気がします。私は最初から最後まで緊張してなかなかうまく言語化できなかったんですが講師や仲間がやさしく受け答えしてくださって本当に助かっていました。講師からのフィードバックもいろんな視点から的確な返答をいただき毎回腑に落ちる感覚でした。

5. 「独学とはここが違う!」と感じた、この講座のおすすめポイントを教えてください。

(例: 講師からのフィードバック、仲間との対話、体系的な知識 など)

今までにはユーチューブや育思書など読んでいたりして何となく頭ではわかっていても行動に移すことはありませんでした。今回この講座を受けてみて感じたのはとにかく講師の知識がすごいです。2時間の講座でとても内容も濃くもっと話を聞きたい! さっそく実践してみよう! とわくわくしていました。あとは講座仲間との対話しながら実践していくというのもより理解が深まった気がします。私は最初から最後まで緊張してなかなかうまく言語化できなかったんですが講師や仲間がやさしく受け答えしてくださって本当に助かっていました。講師からのフィードバックもいろんな視点から的確な返答をいただき毎回腑に落ちる感覚でした。



6. もし同じように悩んでいる方がいたら、どのようなメッセージを伝えますか？

私のように自分の問題に気付いていなかったり、心を閉ざして、不安、さみしさをかかえている人がいたらぜひ、WHOLE LIFEさんの講座を受けてほしいです。自分自身のトレーナーになることもできると思います。そしたら生きていくのが今よりももっと楽しく楽になるかもしれません。私もまだまだこれからですが、たいぶ希望がもてました。

7. お声の掲載許可について

今回いただいたご感想を、当社のウェブサイトや資料に匿名で掲載させていただいてもよろしいでしょうか？（お名前などの個人情報は一切公開いたしません）

☒ はい ☐ いいえ ☐ 内容を確認してから判断したい

ご協力いただき、誠にありがとうございました。