

「インターンシップ実習を終えて」
ーインターンシップを通して学んだことー

大宅実璃

「力を入れたこと」

私がこの5日間、力を入れたことは、大きく2点あります。1点目は「予習・復習の徹底」、2点目は「社員の方全員に質問をすること」です。

はじめに、1点目の「予習・復習の徹底」についてです。私はこれまで予習・復習は苦手としていたので避けてきました。そのため、読み込みが遅く、臨機応変の無さに悩まされていました。今回はそこを直そうと「予習・復習」を徹底しました。これは指定された業務日誌を書くだけでなく、個人的に日記をつけて、反省点や良かった点を振り返り、翌日はどう行動していくかを考えるものです。すると、驚くほど早く読み込みが進み、毎日のスケジュールをスムーズに取り組むことが出来ました。

次に2点目の「社員の方全員に質問をすること」です。私は、自己分析をするにあたって何が足りないか確認していました。そこで感じたのが「主体性が無い」ということです。話し出すと話すことができるのですが、自分から話を切り出すことが緊張してできませんでした。そのため、実習期間では主体性を得るために自分から社員の方全員に質問をさせていただきました。

「学んだこと」

私がこの5日間、学んだことは、大きく3点あります。1点目は「ビジネスマナー」です。社会人として基本的なことではありますが、意外とできていなかったように自分で反省しております。例えば言葉遣いであったり、上司への声のかけ方だったりです。これから就職活動を通してさらにスキルアップしていこうと考えております。2点目は「視野を広く持つこと・挑戦すること」です。これは先ほど述べました社員の方全員に質問をした時に学んだことです。幅を自分自身で狭めずに、これからも広い視野をもち、興味を持ったことはチャレンジしていく精神を忘れずに過ごしていきたいと考えております。3点目は「人との出会いを大切にしていくということ」です。

これからも様々な人と出会い、交流を深める機会が多くあると思います。今回は5日間という短い期間ではありましたが、非常に多くのことを学べたと思います。今後の糧にできるよう、活かしてまいります。

5日間大変お世話になりました。ありがとうございました。

「インターンシップ実習を終えて」
ーインターンシップを通して学んだことー

米田晶美

株式会社ヒューマンラボで、5日間実習に参加させていただきました。社員の皆さんはとても暖かく、自信の無い私に沢山アドバイスをくださり励ましていただきました。この実習では、仕事に限らず大切にしなければならない考え方について学ぶことができました。

私は、就職活動や働くことへの不安と焦りからインターンシップに参加しました。人と話すことが苦手で、アルバイトでもあまり上手くいかず本当に自分に出来ることなんてあるのかという不安がありました。しかし、仕事や就職活動について何の知識もなく何をすべきなのかが全く分からない状態でした。そんな中での実習参加でした。

実習内容は、ヒューマンラボが提供しているサービスの基礎知識や業務説明、打ち合わせや実際にヒューマンラボが提供している研修の見学、テキストの校正などでした。また、お昼休憩時には社員さん方と雑談も混じえ経験や価値観の変化など様々なお話を聞かせていただきました。それらのことから、業界や仕事についての知識やマナーを学べたことは勿論、社長の瓜生さんや社員さん方が一人ひとり仕事に対して持っている熱意などを知ることができました。年齢を重ねるにつれ、出会いを大切にしたり新しいことに挑戦したりといったことを忘れてしまいがちになります。しかし、私も今あるものを大切に、新しい人や物との出会いに臆しないようになりたいと感じました。

また、心理的安全性などの研修を通して、馬鹿にされる心配をすることなく質問できるような信頼のある関係作りが、チームだけでなく自分の成長にも繋がるのだと学ぶことができました。実際に私は、一緒に実習に参加していた人に「企業の方に～って質問したら頭悪いって思われますかね？」なんて相談をしていました。以前の私は、自分の弱みをちゃんと見せることが出来ないと成長できないと考えていましたが、いつからか馬鹿にされるのが嫌で人に頼ることを避けていました。

しかし、当たり前のことかもしれませんが人は一人では生きていけないと気づくことができました。感情を変えることは中々難しいですが、マイナスな想像に怯まず色々な方と関わりを持って自分の弱さを克服したいと思います。

他にも、ヒューマンラボが提供している研修内容のように、コミュニケーションをとる上での聴き方や伝え方など、私も出来ないことを練習して技術を習得しなければいけないという気持ちが強くなっていました。上達するためにどうすればよいかなどご相談した際には、あまり技術に頼りすぎる必要はないと、自分の考えを一所懸命に伝えることが大切だと教えていただきました。ここでも、技術に固執して出来ないことに関してはもう無理だと自分の可能性を潰していたことに気づかされました。目指していた目的地に辿り着くかはわかりませんが、出来ないなりに頑張り新しいことに挑戦していきたいと思います。

この実習を通して、何事にも臆さず一生懸命に行動することを大切にしていきたいと思いました。ありがとうございました。