実践「コーチング」講座　参加ワークシート　　2016年 7月 12日

：提出は当日４：45分までに教務課ポストへ

学生No.：1512163　氏名 松本直大　（ニックネーム：　まっぴー　）

*これからの私は～～な私になる！（自己宣言）

これからの私は Happy な Happy になる！

★コーチングを受講して感じたこと、気づいたこと、成長したと思えたこと、これから活かしていくこと

コーチングを受講して私は自分がたりない所、やりたいことが明確なビジョンとして見えたかなと思っています。職業職種カードでやっぱり自分は車を売る仕事をしたいなってなったし自分は独立して会社を持つということにも興味があったんだなと思えたりして、自分の将来がぼやけていたものが、少しクリアになったと思います。また、自分の目標がはっきりして、今の状況を知らないと何もすることもないし、することができないということを知ることができてやっぱり良い講義だなと思えました。今の状況を知ることによって大きい目標だけでなく小さな目標を決めることができ小さな目標を達成できれば自分はどうなっているかの想像がしやすくなりました。そして気づいたことでは、私でも自分から発信だったり自分から行動することが大切なんだと気づくことができました。初対面の人と話すときや自分の夢とか目標を話すときも自分から言ったり行動かしないと人の心を開くことができないってのはコーチングの授業でも実感をもって感じることができ、気づきであり、成長したと思えるところでもあります。最後にこれからは友達から相談を受けたときや自分が目標に対して悩みができた時には、コーチングの技術のパワフルな質問やセルフコーチングを積極的に使っていきます。

モーリーへひと言：半年間ありがとうございます！夏休みにサンセーゼルスの小野さんと会ってきます。

モーリーより：

・提出期限：　点／５点　・量　　点／５点　・内容の理解度と深まり　　点／30点　　計40点