

目的: 「無限の力を持つ自分」を見出すヒツが「笑」たい!! @sanada3730



真の幸せを「コーチング」で見出す

真の幸せとは??

これらの欲求は満たす"にもう 歩高レベルの欲求"を持つ必要がある

1 「コーチング」の最終目的

自分で決めたゴールを目指して それを実現するために豊かな人生を送ること 「コーチング」は本来、自己実現のための

5 「コーチング」に役立つ質問

★ あなたが人生で実現したいことは何ですか?

What do you want to achieve in your life?

「苦米地式」
「コーチング」
苦米地英人 著

2 「夢を実現できない理由」を考える

できない理由を5つ考える
↓
「いや、こうすればできようになる」という反論意見を5つ考える
↓
さらにそれに対する反論意見を5つ考える
5 x 5 x 5 = 125通りの夢実現可能な理由
本来の目的は 「夢を見つけ出す」 スコアシートに隠れていた部分を見つけ出す

4 「人を伸ばす人」が持つ3つの力

- ① 自分とは異なる相手を「受け入れる力」
- ② 相手との対話を成立させる「伝わる力」
- ③ 相手の可能性を「引き出す力」

3 目標を達成するための「7つのステップ」

- STEP1: ゴール(目標)を設定する
- STEP2: 相手からの反論を予測し、それに対する反論を作る
- STEP3: 現状でゴールを実現できない理由を考える
- STEP4: 今の自分が「どうすればゴールに到達できるか」その条件を考える
- STEP5: さらに具体的な工程の文章を書き換えてみる