

学生No.: 1322047 氏名 新名 愛

: 提出は当日 4:45 分までに教務課ポストへ (ニックネーム: SHIN)

*これからの私は~~な私になる!(自己宣言)

これからの私 SHIN は ワクワクする人になる!

★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

● コーチングの講義を受講して、自分自身が明確にはたつたように感じます。1つの物事に対しての考え方や大学生活、職業観見などについて今までの経路をフル活用して考えることで毎回自分を見直す時間があり、反省も含めて自分の考えに自信を持つことができています。

今日の講義内で自己分析という言葉が出てきました。私はこのコーチングの講義自体が自己分析にはなっていると感じています。1つのセッションに対して、どうにか、どう考えるか、何が影響しているかなどアウトプットとインプットを繰り返して取り組むことで私は毎回自分の思いを明確にすることができました。特に自分の人生の在り方、「どんな時もワクワクする人生」、働く価値「挑戦、創造、実感」は気づけておらず、この答え?に導き出せておらずに思っています。

この2点もですが、とにかくコーチングの講義は気づけていこうと気づいていないことに気づくことが考えられることが多い講義でした。今日の最後はモーリーも仰っていました。「できるorできないではなく、やるorやらない」、モーリーのこの言葉が強く印象に残っています。講義を終えてからは自分でどれだけ行動力に変わりました。私は前向きに考えること、ネガティブ発言をしないことに日常生活で今までより意識するようになりました。だから、まずは前向き発言・前向き思考、誰かと話す時はオープン・クエスチョンがあることを意識して話しかけています。大山学ん(中)でこれを選んだ理由は、自分が誰かからネガティブ発言をされたら自分も何となくそのネガティブなことを意識してしまっただけだからです。TEDの植松さんのスピーチにもあり、「どうしたらこうすれば?」とプラスに変える発言のできる人になりたいたいと思います。どうすることも、最終的に私の人生の在り方に少しでも近づくことができるのではないかと考えます。これからのコミットメントと関連してですが、今までは自分が良ければとれどいいという考え方でしたが、これからは相手を巻き込んで自分も周りの人間もワクワクする人生に変えていきます。自分以外の周りの人のことも気にかけて余裕ができてほしいと少しばかりですが私の成長は全部だと思っています。



モーリーへひとこと: 前月の間、お礼どうもありがとうございました。これからもよろしくお願いします!!
 是非このような講座があれば参加させてください

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