

: 提出は当日 4:45 分までに教務課ポストへ

学生No.: _____ 氏名 _____ (ニックネーム: ともぎ)

* 自己宣言! これからの私は~~~~な私です。 幸せな私です。

* 私の GROW モデル 幸せになれるように笑顔をかかえる

* コーチングの講義 15 回で気づいたことをセルフコーチングしてみよう!

お1回目の授業の時、どうい授業なのかと警戒しつゝ聞いていました。そしてこの授業は自ら発表していくタイプかと分析し苦手分野でしたが知り合いも多いしテストもないし取ってみようと思いました。15回を終えて取ってよかったなと思っています。考え方が変わりました。例えば「人見知り」という事を僕はいつも言っていました。まだ自分から話しかけるといのはできませんが、話しやすい雰囲気を作っていいと思います。今までの僕は初めての人にあたりとき、その場を向いていたり、目つきが悪かったりしてました。これからは笑顔であたり、雰囲気を良くしていく事から変えていこうと思います。また、授業で何度も言われていた FLOW をかかえる事により、気持ちの面でも強くなりました。失敗した事があるても、その時失敗について適宜対処して、対処が終われば気持ちを切り替えて、次頑張ろう、と思えるようになれました。また僕は後期の中盤頃アルバイトを始めたが FLOW をかかえる事で、同期の人たちよりものみ込みが早かったし、また、今同期のメンバーで残っている人が僕だけなので、自信を持ちたいと思います。これから僕は、たくさんの壁にぶつかっていく事になると思いますが、くじけず、笑顔で頑張っていきます。まとめとなりますが、これから私は、笑顔、FLOW、チーム、つながり、コミュニケーション、学ぶ、考え、実行すること、など「コーチング」で学んだ事を活かして、幸せな私に向って頑張ります。15回というとても短い間で、しかも内容の濃い事を学ばせていただきました。ありがとうございました。

モーリーへひと言: またどこかで、お世話になるような事があれば、よろしくお願ひ
ありがとうございました。 (ほろ)

モーリーより: