

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: にほな)

*自己宣言! これからの私は~~~~な私です。有言実行の自分です!

*私のGROWモデル 言ったことは必ず"なしとげる"

*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!

私はやはり一番に15回の授業を通して、小さい目標から大きい目標から
 さまざまですが、たくさん価値ある目標を持つことができた。そのさまざまな
 目標すべてをひくくめて、有言実行が大事というところにたどりつきました。
 まず、「有言」という言葉については、文字にして表す、言葉出して目標を示す
 ことで、意識やモチベーションを上げることができると。そして、言ったからには
 「実行」ということ必ず守ろうと思います。優先順位としては、一番はやはり
 時間を有効的に、大切につかおうと思います。私はやはり、何もせずに
 ぼーっとする時間が本当に長いのでその時間を減らすことで、
 しゆみの時間にも勉強時間、すいみん時間ももっと充実してくるは
 ずです。だからやはりまずは、半年間できくことができた。の目標を
 第一にはずみをつけさせるためにすぐには無理なので、1カ月半で
 達成せまう。そうしたらモーリーにずいじ報告していきたく思います。次
 は、お金を最低20万円は貯金をするということですがこれは前回の
 レポートでも書いてモーリーからなぜ?と質問がきていたのですが、
 しゆみのために貯金をしようと思っています。海外にたこい行って
 新しい発見をすることが私のしゆみなので、そのために貯めます。海外へ行く
 にはもとお金が必要ですが少しは貯めて自信をつけるために、まずは
 20万貯めます。また、これから就活とかにお金もたくさんかかってくる
 ので、自分の将来のための投資としてでも貯めようと思はす。最後にな
 りましたが、本当に充実した半年間は初めてです! モーリー大好きです。ありがとうござい
 ました。

モーリーへひと言:

モーリー 半年間 充実しました。ありがとうございます。

モーリーより: