

: 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: ぽんちゃん)

* 自己宣言! これからの私は~~~~な私です。 常に前向きな私です!

* 私の GROW モデル 情熱と持ち続ける人・余裕のある人

* 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!

コーチングを受講して、受講前とは考え方が大きく変わり、とても前向きになりました。以前は任ちなく就活準備をしたり、よみから就活だから仕方ないといけないうと思、無理に自分を良く見せようとして、「~しなければいけぬ」という義務感で常に動いていました。しかし、コーチングを受講して、自分の身の向きを改めてみて、本当に自分のやりたいことが分かって、受講してからはそのやりたいことに全力で取り組んでいきます。そして、やりたいことをやっていると、感じたのは、やりたいことを、それに役立つことであるが、また義務感を感じることなく、すぐに行動に移すことができたことでした。受講前には、やりたいことはほとんど「~しなければいけぬ」という気持ちでやっていたので、気が付いたらインプットの時はなかなか行動に移すことができませんでした。受講後はやりたいことをやるようになったり、気持ち切り替えができたように、「やるべき」という「やらなければならない」と捉え方を変わったことで、常に前向きな気持ちになりました。またここで、すぐに行動力が上がったかと思ったり、また以前は自分を良く見せようとしていたのですが今はそれが、気持ちをまたくありせん。なぜならあの時の自分で相手と接することで、こちらから心を開き、相手にも心を開いてもらいたかったのだなからです。移すことで、人との繋がりを広げている、色んな人と関わることでより人生を豊くした、多くのことから様々なことを学びたいと考えるようになった。本当にコーチングを受講しただけだなと思います。よみからも多くの人の出会いの中でたくさん学んでいきます。そして今年、「やりたいことを全力で、掣いながら」を



モーリーへひと言: 短い間でしたが本当にありがとうございました
よみは卒業式に参上して、モーリーの声を聴いたと思います!

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