

今回のオブラブは、
プロコーチによる
無料コーチングをプレゼント
～応援してくれる人！用意しました～

日本コーチ協会東京チャプター
上田雅美

Thanks for...

- 今日ここで聞いてくださっている皆さん。
- この企画に参加してくれた、40名を超えるコーチの仲間たち。
- 封筒詰めを手伝った、うちの母。
- 機会をくれた、オブジェクト倶楽部と日本コーチ協会東京チャプターのみなさん。

ありがとう。

今日は宣伝に来ました！

- お渡ししたエコバッグの中に、**茶色の封筒**が入っています。
- そのなかには、「**コーチング**」の無料サンプルセッションを1回受けることができるプレゼントの説明が書いてあります。
- 今は「日本コーチ協会東京チャプター」の上田でトークスに出ています。
- **初トークス**なのに、ちょっともったいない！！

宣伝のついでに・・・

- 今日ファシリテーション・グラフィックの講師をやってくださった西河誠さんも共著です。



コーチを必要とする人々の変化

- 正しい答えの無い時代
- 自分探しの必要性
- キャリアへの考え方
- 自立が急速に求められる環境への変化
- スピードへの対応
- 自分の価値を高める
- マネージメント



コーチって？

コーチング・サポーターなる概念

「コーチング・サポーター」は、命令的ではなく、都合のよい結論を押し付けるものでもなく、対話などを通して、ひとが課題を整理できるようにし、自らの考えをまとめて意思決定し、目標を明確にし、やる気を引き出し自発的に行動を起こすという一連のプロセスを形成することを手助けする役割。

参考:なぜあのひとは「イキイキ」としているのか
人と組織の活性化研究会 著

開発トラックに参加した皆さんは、すでに体験済みではないでしょうか！？

話すことなんかないよ……。

- そう、言われるだろうと思いました。



何を話すのか？

- やってみたいこと
- 変えたいこと
- 好きなこと
- 答えを出したいこと
- 迷っていること
- ブレインストーミング
- ハートストーミング
- 良くしたいこと



話すとうなるの？

When you know what you want,
And want it bad enough,
You will find a way to get it.

あなたがあなたの欲しいものを知っているとき、そして、
それがたまらないほど欲しいとき、
あなたはそれを手に入れる方法を見つけだろう。

ジム・ローン

どんなに小さなことでも、声にしてみることは
想像以上に効果があります。

ということで・・・！

- 自分のやりたいことやなりたい姿を、誰かに話すことで言葉にしてみてください。不思議と、そこに近づくことができます。
- コーチになることが求められているという場合には、コミュニケーションを参考にすることもできます。

最後に



ご清聴
ありがとう
ございました。

もう1回！！

- 今日ファシリテーション・グラフィックの講師をやってくださった西河誠さんも共著です。

