

10年単位で「ライフワーク」 を続ける3つの秘訣

【12周年感謝企画】

無料動画セミナー

松尾英和 2024年8月

リラックス&集中してご参加ください
オープンマインドで、楽しみましょう

- お茶を飲みながら
- 寝そべりながらでも
- 移動中でもOK
- 可能であれば、紙とペンをご用意
- **しつもん**に答えて、実践
- **最後に大切なお知らせ**



12周年を迎えさせていただき

本当に

ありがとうございます！

まずは、感謝のメッセージです

10年単位で 「ライフワーク」 を続ける3つの秘訣

感謝の分かち合いとして、お届けいたします

そして、ひとつだけ
「ご注意くださいたいこと」
が、あります

これからするお話しは
僕のような凡人が
コツコツとコツと
コツとコツと
コツとコツと
でも「ライフワーク」

を継続すること

を目的として
お伝えさせていただきまます。

”一発逆転”

”短期間で稼ぐ、大成功”

を目指す方には絶対に向きませないので

ここで画面を閉じて

もらえたら幸いです。

しかし、逆に

今行っている

あるいは

これから行う

ライフワークを

充実・継続させたい方には
お役に立てる内容になります

では、始めます

このセミナーを受けて
どうなったら最高
ですか？

最初に、しつもんです

そして、私が誰なのか？
自己紹介させてください

松尾英和

ライフコーチ/メンタルコーチ

独立起業して、12年経つプロコーチです。

経営者、起業家、会社員、公務員、主婦、学生、アーティスト、アスリート、演奏家の方たちがクライアントさんで、いらっしゃいます。

2022年に大阪から島根に移住しました。



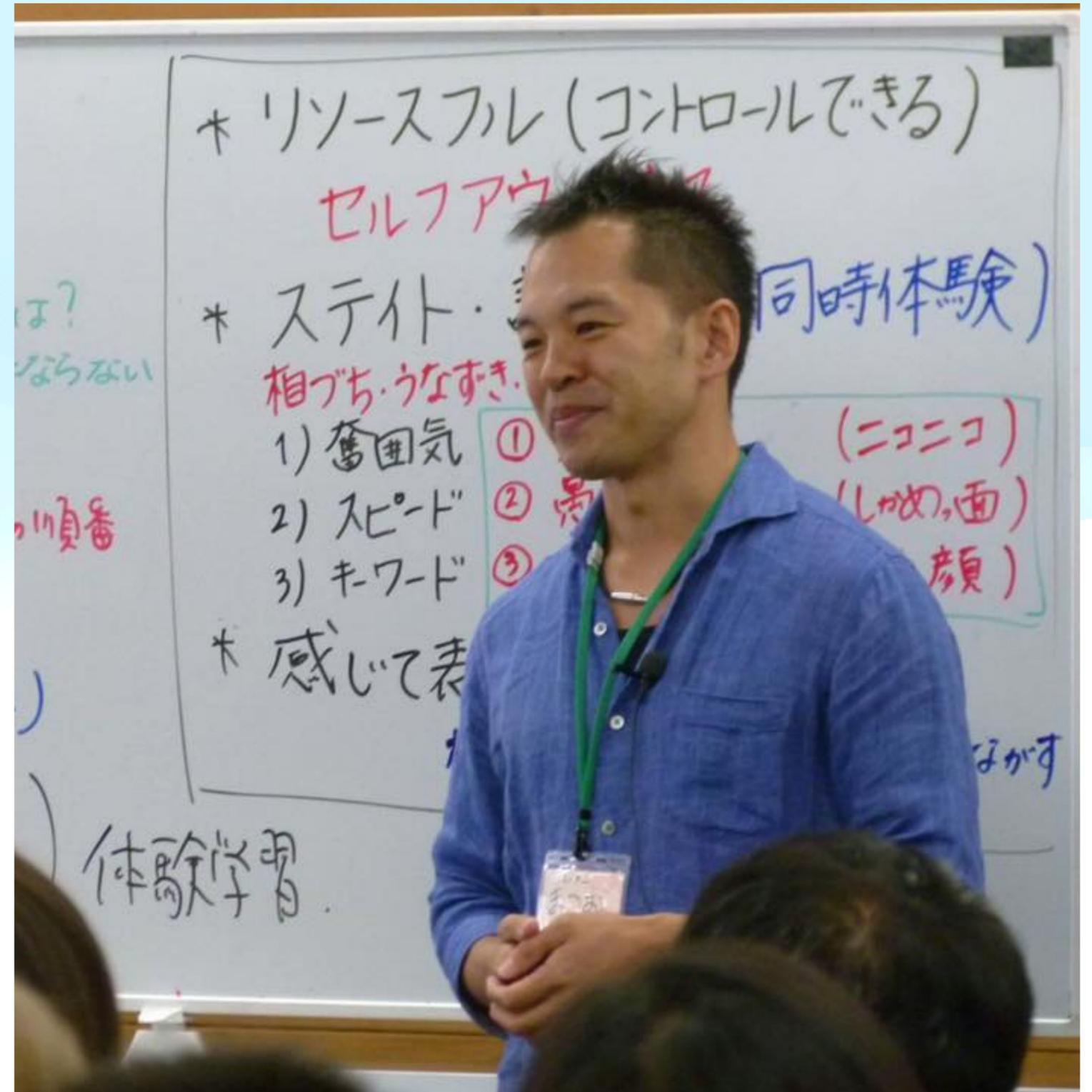
伝えること トレーナー

2016年には母校である

「プロコーチ養成スクール」の
1500人の卒業生の中から

4人のトレーナーの

一人として、選抜をされました。



ファシリテーション

場づくり

2017、2019、2022、2023年、
沖縄サミット会場で開催される

「しつもんカンファレンス」に質問
家（ファシリテーター）として登
壇しました。



オリジナル商品開発 商品づくり

- ホントのきもちシート
- 超変革ノート
- ライフアートプロジェクト、“4X”など、コンセプト設計したコーチングサービス
- オンラインサロン“トラクラ”
毎月異なるテーマで展開

ホントのきもちシート ~ホントはどうしたかったんだろう?~

出来事:何が起きた?

出来事
事実
行動
感情
ホントのきもち
思考
解釈

	自分	相手
思考 どう思った? ☹️?		
感情 どう感じた? ❤️?		
行動 何をした? どう反応した? 👉?		
ホントは どうしたかった? ホントは... 😊😊		

ホントのきもちファミリーター
オンラインスクール

ファーストメンバー
募集!!

では
ここから
本編に入ります

お待たせしました



ご縁を深める

1つめの秘訣

別の言い方をすると
“自分を超えた力”と

つながる

ということです

ご縁を深める

人・場所・コミュニティ



スキル/あり方



マインド/主催



最初の土台



一本のメールから



恩人/友人

ご縁を深めるために
何ができますか？

1つめの魔法のしつもん

ご縁を深める

1つめの秘訣、でした

「学び続ける」

を楽しむ

2つめの秘訣



「学び続ける」を楽しむ

2つめの秘訣

- ・ コーチング
- ・ カウンセリング
- ・ 東洋思想、哲學
- ・ マーケティング/セールス
- ・ 健康/ボディメイク（食事、運動）
- ・ 趣味

自分が成長したい分野について、学んでみる

実は、禁句 があります

これらの言葉は「言っちゃダメ」です

実は、禁句があります

これらの言葉を言わないようにしましょう

- ・ 「もう学びは、終わった」 → 人生100年時代”生涯学習”です
 - ・ これからは、インプットではなく、アウトプットをしよう」 → 両方大切です
 - ・ やらなければ、ならない
- 「やりたい」、「やる」という選択にしちゃいましょう

だからこそ
力みすぎないように
楽しんで学びをしましょ

人生は、ロングラン

どんな学びを
楽しみたいですか？

2つめの魔法のしつもん

「学び続ける」

を楽しむ

2つめの秘訣、でした

自分を悦ばせる 習慣を持つ

3つめの秘訣



自分を悦ばせる習慣を持つ

3つめの秘訣

- ・ ライフワーク = 自分の好きなことをやる際の落とし穴🕳️が、あります。
- ・ それは、力むあまりに視野が狭くなったり新しい発想、ひらめきが失われてしまうことです。
- ・ 「ライフワークには、関係がない」好きなことを、やってみましょう

「ライフワークには、関係がない」好きなこと

たとえば、こんなことを、やってみましょう

- 好きな音楽を聴く
- 好きな本、おもしろそうな、興味を持った本を読んでみる
- 好きな、または、おもしろそうな映画、絵画、演劇などを鑑賞する
- 自然に触れてみる（山、海、緑、青空）
- 好きな人、ペットとの”つながり”の時間を大切にしてみましょう
- 旅や好きな場所に出かける

おもしろいんですが
関係ないことをやるときに
しあわせ、充実を感じたり
ひらめきが生まれます

自分を悦ばせる ために、何をしますか？

3つめの魔法のしつもん

10年単位で「ライフワーク」を続ける3つの秘訣

まとめです

- 1、ご縁を深める
- 2、「学び続ける」を楽しむ
- 3、自分を悦ばせる習慣を持つ

ライフワークを10年単位で続けることを、一言でお伝えすると

楽しみ 学び

自分も人も喜べることを
やり続けること

最後に

大切なお知らせです

12周年を契機に新しい
チャレンジ&貢献を
始めることにしました

大切なお知らせ

1DAYスペシャル



和のコーチング

Back to the Nature

元に戻そう。地球も、自分も。

和のコーチング ～Back to the Nature～

調和・平和・大和・令和・英和

- ・ **コーチングを学んだことのない方に、オススメです**

→すぐに実践できるスキルと、その土台のマインドが学べます

- ・ **コーチングを学んだ方に、オススメです**

→今あるスキルに”プラスアルファ”することで、よりクライアントさんに成果が出せるようになります

- ・ **時間、お金の予算が限られている方に、オススメです**

→そもそも、これまでの「コーチング学習」は、ハードルが高かったです

和のコーチング ～Back to the Nature～ 1 DAY講座

詳細、お申し込み 

もしくは
動画視聴ページの下部より



ご清聴

ありがとうございました

これからも、ご縁を深められれば幸いです