【無料オンラインセミナー】「好きなことで生きていく」ための３つのルール

エピソード１

松尾英和
プロフィール

《松尾英和（まつお ひでかず）》メンタルコーチ

1976年・島根県生まれ。

IT営業会社勤務時に、心身の不調で退職。

退職後から、心理カウンセリング、コーチングを学び、実践。

コールセンターでのマネージャー職を経て2012年にプロコーチとして独立。 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 選抜をされ登壇。 個人コーチングのクライアントは経営者、起業家、会社員、学生まで多岐に渡る。 2020年より、コーチングを体系化したオンラインサロン”トラクラ”を主宰。

敵（彼）を知り己を知れば
百戦殆うからず（孫子より）

エピソード１
「これまで、嫌だったことは？」

中学校の時に嫌だったこと

規則に縛られること。「自分で決める」ができないこと。信頼されていない

・丸刈りにしなさい

12年生きてきて、丸刈りなんて、したことない。

なぜに髪型を決められなければ、いけないのか？

・全員が部活に入りなさい

〜「全員入部制」という謎〜

仕事をするようになって嫌だったこと

時間をコントロールできない

・残業で、自分の時間がなくなっていく

・やりたいことができないストレス

・夜勤のお仕事

あなたは、何が嫌ですか？

１分間のシンキング＆ライティングタイム

じゃあ、本当は、何を望んでいるの？

自分で決めること

アドラー心理学では、こう言います「自己決定性」＝主体性

「自分の人生は自分で決められる」という考え方

・人は、自分の人生の主人公である

人は、今、ここから、いかようにでも、人生を変えていくことができる。

その反対にあるのが「運命決定論」

運命は、決まっていて、変えられない。

それが、本当は
どうなったらいいですか？

１分間のシンキング＆ライティングタイム

あなたに伝えたいこと

もう苦しまなくていいよ

最後に、しつもんです

時間やお金、人間関係の自由があったら、あなたは、何をしたいですか？

次回の予告です

エピソード２

３日後に配信をいたします！

どうぞ、ご期待ください！

どうぞ、お楽しみに！