

令和2年度 女性コーディネーター養成講座「大崎塾」

令和2年度女性コーディネーター養成講座「大崎塾」を開催しました。

大崎塾は、自分も相手も大切に自己表現を学び、地域や職場等で活躍できる女性コーディネーターを育成するための、笑顔いっぱいあふれる講座です。

今年度の大崎塾は、昨年度に続きコーチング研修会社ドリームフィールド代表の阿部侑生先生を講師に迎え、「あなたの笑顔が輝き 自分らしく生きる 幸せのヒントに出会える場」をテーマに全5回シリーズで実施しました。

【第1回：10月21日】 次々といいことを引き寄せる人になる！そして自分軸を整える「言葉の力と脳の働き」について、クジャクの羽やマイナスの言葉を用いたワークで体感することにより、「自分軸」や「言葉の力」に対する理解を深め、コミュニケーション能力を向上させるヒントを得ることができました。



クジャクの羽で自分軸を体感！



プラスの言葉でパワー全開！

【第2回：10月28日】 どんどんツイてる人になる！相手も自分も笑顔になるコミュニケーション「コーチング」について、人を活かすコミュニケーションの基本をコーチング理論から学ぶことで、リーダーとしての心構えなどを身につけることができました。



阿部侑生先生によるコーチングの講義



ヒーローになった気分でインタビュー！

新型コロナウイルス感染症予防対策に配慮しながら安全に実施
検温・マスク着用・アルコール消毒・換気・ソーシャルディスタンス

【第3回：11月4日】 「生き方は腹に聴け～子どもの幸福度世界一の国『オランダ』に学ぶ、自分軸を育てるコーチングについて～」をテーマに、公開講座として開催しました。講師がオランダの教育から学んだコーチング理論についての講演を受講しました。公開講座のみの参加も可能とし、男性の参加もありました。自分の生き方は、頭や心ではなく、本音や信念・価値観が見えてくる腹に聴くことが重要であることを学びました。随所にワークやディスカッションが盛り込まれ、会場は大盛況、楽しく聴講することができました。



「問い」を作る力について感じたことは？



みんなで体験、生き方は腹に聴け！

【第4回：11月11日】 ワクワクの未来を創る！「シンデレラマップ」の作成をしました。巷では思い描いたことが現実になると大好評のシンデレラマップ。講師より、効果的な作成方法の説明を受け、理想とする3年後の自分を想像し、シンデレラマップの作成に着手しました。



シンデレラマップの作成について説明



いよいよシンデレラマップの作成に着手！

【第5回最終回：11月25日】 感動いっぱいの「みんなの夢の発表会」を行いました。受講生は、写真、雑誌の切り抜き、シール、テープなどを自由にデコレーションを施し、理想とする3年後の自分を表現したシンデレラマップをお披露目し、堂々と笑顔で発表をすることができました。また、受講生一人ひとりの夢の実現に向けて、応援メッセージカードを記入しお互いにエールを送り合いました。



思いを込めたシンデレラマップの発表会



講師にメッセージカードのサプライズ！