第1回

普遍的な心の原則に従うコーチ力

[1章] 心理学の技術は健康支援のプロへ

1 [1章] 心理学の技術は健康支援のプロへ

[1章] 心理学の技術は健康支援のプロへ

2 [1章] 心理学の技術は健康支援のプロへ

[1章] 心理学の技術は健康支援のプロへ

現代社会で求められる「プロ」とは？

「あなたとアナタ」と呼ぶ人たち

健康コーチ行有者につけるための資質（その2）

1．見せる資質

ポイント 人間からは目からの情報を得ている。身動一挙手一投足が、聞かれるものであるかを心がける。

2．楽しみ方を提案

ポイント 楽しいは学びだけ。プローの楽しみ方を、楽しみ方を提案（ご一緒に）。一生懸命の楽しみ方をいっしょに考える。

3．つながりを大事な健康を楽しむ資質

ポイント 学ぶ情報を楽しむ。仲間を作ることで意欲が増す。楽しい、楽しい、楽しい。健康を通じて、社会を豊かな人間関係を作ることを。