

# すべての人のためのコーチング

## 要点

1

### コーチングのメリット



学習のより良い  
理解と応用



関係の改善



コミュニケーションスキル  
の強化



自信の向上



時間管理の改善



業務パフォーマンスおよび  
ビジネス管理の強化

2

### コーチングの差別化

役立つキーワード		
コーチ	セラピー	メンター
自己認識 好奇心	臨床	ガイダンス
自信 自己啓発	メンタルヘルスの問題	物の見方 方向性
明瞭性 説明責任	不安 ストレス	探査 専門知識
ソリューション/アクション 課題	心的外傷	体験 産業知識

# すべての人のためのコーチング

## 要点

3

### 成功のためのコーチング活用法

#### セッション前



事前に信頼関係を築き、適切な心構えをする



セッションの最適化のために準備しておく



オープンマインドで関与を維持する



今すぐコーチに連絡して、コーチングの素晴らしいメリットを学びましょう！

メンタルヘルスのケアを今すぐ開始！

Intellectウェブサイト (<https://app.intellect.co>) にアクセスするか、Intellectアプリを今すぐダウンロードして、パーソナルウェルビーイングのプロセスに取りかかりましょう。

