

# CHAPTER1-LESSON7

## Basic Class

### 自己基盤を整える

---

チャプター1のレッスン7は、自己基盤について学んでいきます。

コーチングを行うには、自己基盤を整えることが非常に重要です。

自己基盤とは自分という人間の基盤になっているものです。

コーチングはコーチングスキルが重要視されがちですが、スキルだけで相手を動かそうとすると、相手は不信感を覚え、心を閉ざしてしまいます。

相手が心を開き、信頼を寄せてくれるのは、相手があなたの「あり方」に共感し、尊敬心を持ってくれるからです。

コーチングは「やり方=スキル」ではなく、「あり方=自己基盤」が大切であるということをしっかり理解しておきましょう。