

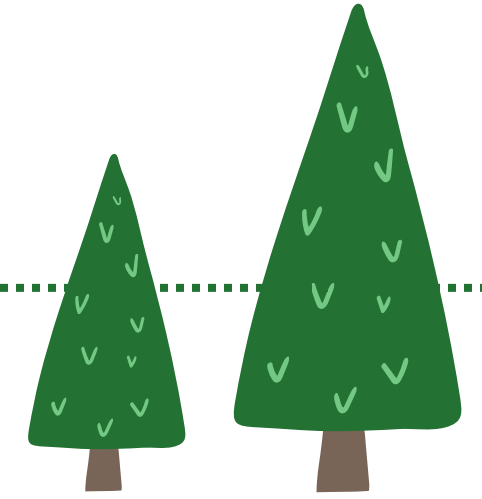


# ソフィア様 zoom セッション 《 KMIT program 》



# 1 回 目 の テ ー マ

---

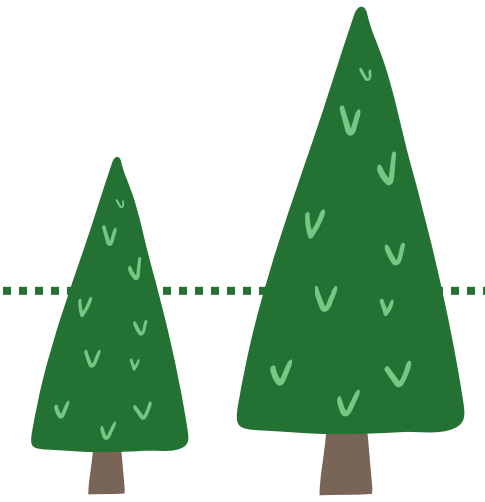


「目的明確化シート」の  
ご記入をありがとうございました！

目的を決め、目的達成にコミットする。  
ここが全ての始まりです。

# 1 回 目 の テ ー マ

---



## ◎ 根源にあるもの

- “愛を伝える”ために生きている人。
- 子ども時代からの孤独・葛藤・失敗を“学び”として昇華してきた、魂の探求者。
- 心に痛みを抱えた人に、言葉にならない共感と道しるべを届けられる人。

## ◎ 現在のテーマ

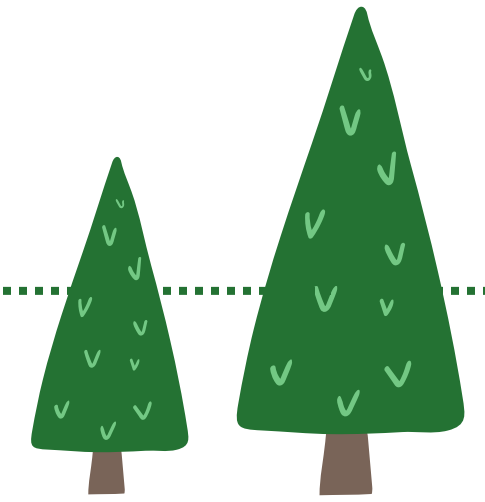
- 「環境に縛られず、自分を生きる」という人生第2章を実践中。
- 自分の経験と哲学を、一般の人でも理解しやすい形でサービス化したい。
- Instagramを通じて、自分の言葉を必要な人に届けたい（苦手意識ありつつも挑戦中）。

## ◎ 課題と可能性：

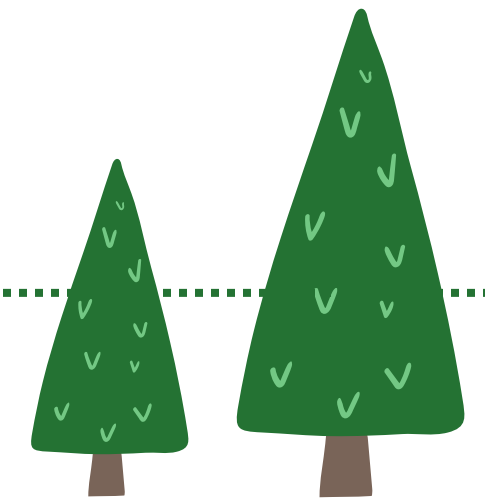
- 課題： 仲間との関係構築、SNSへの苦手意識、理論の構造化。
- 可能性： 内省力・言葉の力・共感力・実体験に裏付けられた思想・癒しと支援の才能。

# 1 回 目 の テ ー マ

---



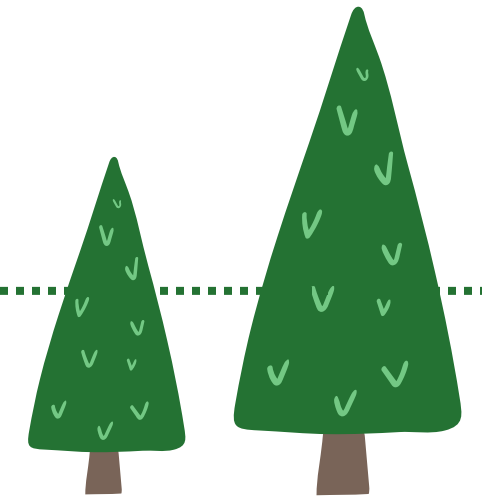
- 自分の人生に意味があったと証明できるような“愛の届け方”を形にしたい
- その道に「一緒に歩いてくれる人がいる」という実感
- 自分が進むべき方向が明確に見えること



# マインドセットについて

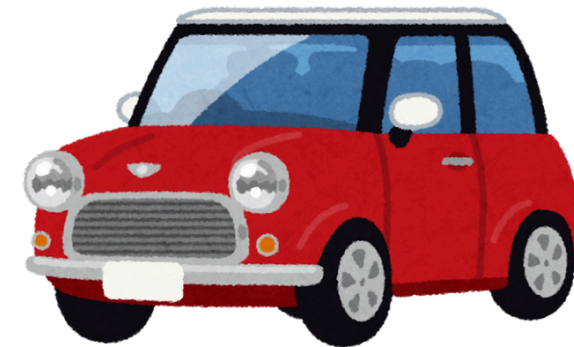
# 大事なマインド①【逆算構築達成法】

---

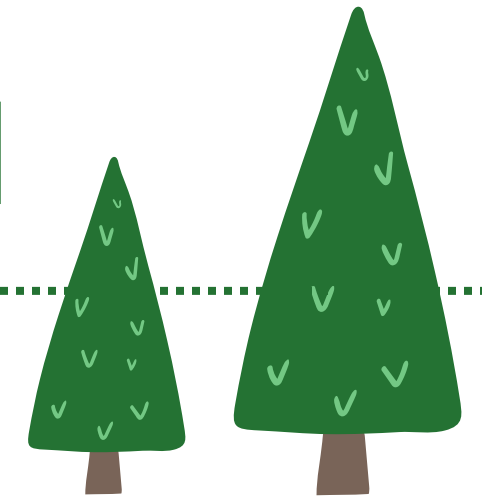


- ① 目的を決める。
- ② 目的達成のために必要な構成要素を知る。
- ③ 目的から逆算したロードマップを作る。
- ④ 必要な構成要素を集めていく。
- ⑤ 集まったときに、目的は達成される。

⇒ プラモデルと同じです！👍



## 大事なマインド②【明確化・鮮明化・見える化】



人は、抽象度が高いと動けない！

（何を目指して、どう動けばいいか分からない）

ビジョンがあるから、人はそこに進んでいける。

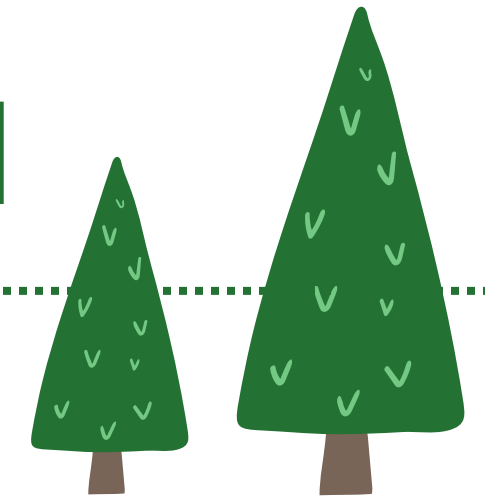
⇒筋トレの例

だから、まずは  
ご自身の願望やビジョンの  
【明確化・鮮明化・見える化】が  
とっても重要なんです。



## 大事なマインド②【明確化・鮮明化・見える化】

---



ご自身の「ビジョンボード」って  
作ったことはありますか？

願望の明確化・鮮明化・見える化のための  
とてもワクワクするワークになっています。

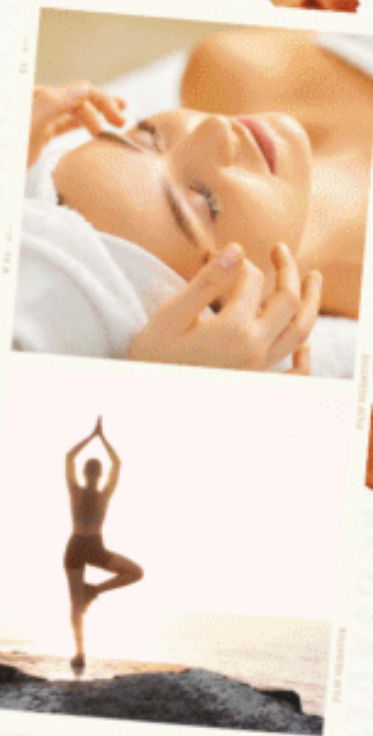




Little  
moments  
big memories

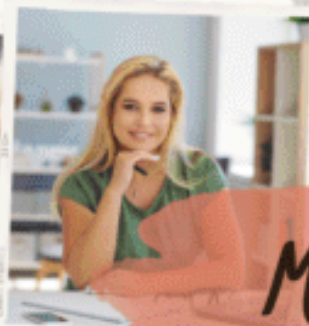


Family



My self

Business



My Vision Board



Hobbies



Follow  
Your  
DREAMS



Life is good





1.健康 (エネルギーが豊富な身体・若さ・美)  
⇒ヴィジユット・ジャムワルのような健康美

2.人間関係 (愛し愛されの信頼関係)  
⇒使命と使命で繋がった達人集団を作る

3.自己成長・自尊心 (学び・になりたい自分)  
⇒師匠のような『問題解決のスペシャリスト』になる

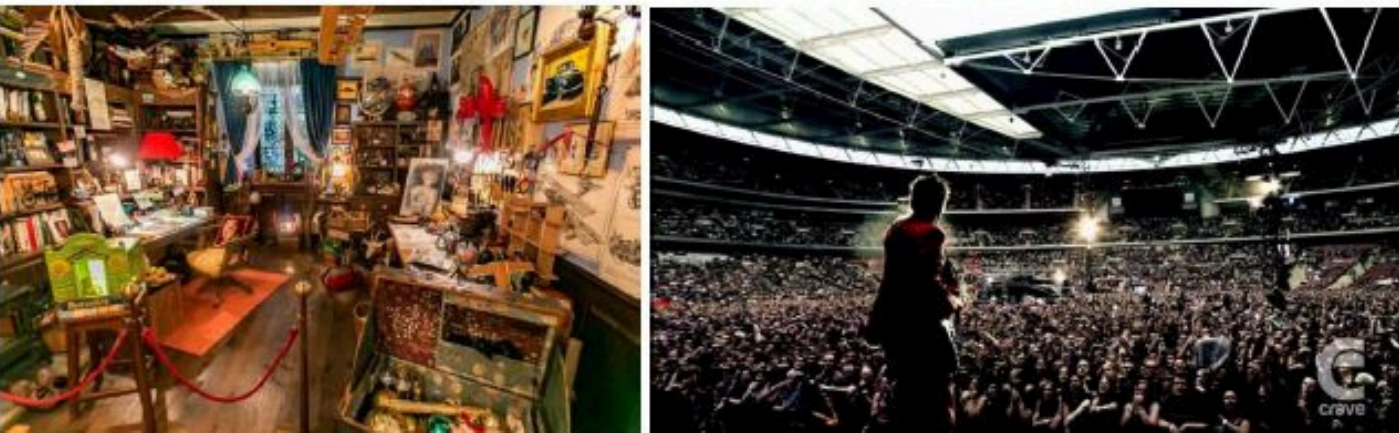
4.仕事 (目的・ビジョン・価値観に合っている)  
⇒ミッションコーチング・垂訓出版

5.経済 (一切の経済的な不安がない状態)  
⇒月8桁の利益を上げる会社を作る

6.空間・環境 (大好きな場所・住居・仕事場・移動)  
⇒朝起きたら大きいプールに入る ⇒宮崎駿のような作業部屋

7.自由な時間 (趣味・楽しみ・リラクゼーション)  
⇒レクサスが似合う人になる

8.貢献 (ミッション)  
⇒500万人のコミュニティを作る  
⇒日本の未来を明るくする





- 1.健康 (エネルギーッシュな身体・若さ・美)
- 2.人間関係 (愛し愛されの信頼関係)
- 3.自己成長・自尊心 (学び・なりたい自分)
- 4.仕事 (目的・ビジョン・価値観に合っている)
- 5.経済 (一切の経済的な不安がない状態)
- 6.空間・環境 (大好きな場所・住居・仕事場・移動)
- 7.自由な時間 (趣味・楽しみ・リラクゼーション)
- 8.貢献 (ボランティア・ミッション)

⇒まずはこの八枚のビジョン画像を集めて  
【最初のビジョンボード】を作ってみましょう！

# 今後のスケジュール感について

6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月 4月 5月

願望の明確化 コーディング&悩み解決（マインドセット）

商品設計と、実現のためのリサーチと学び

SNS運用の学びとアカウント設計

SNSとサービス開始 実践と改善サポート

# 今後のスケジュールとご連絡方法について

---

大枠でのスケジュール感を教えてください！

例：●月は、この予定があるので忙しい

●月までには、これをしたい

今後の連絡のやり取りは、どのツールを使いましょうか？



