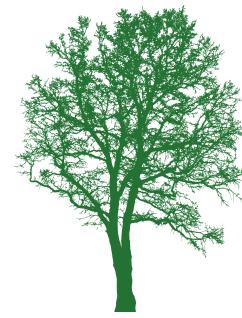


カツヤンコーナー



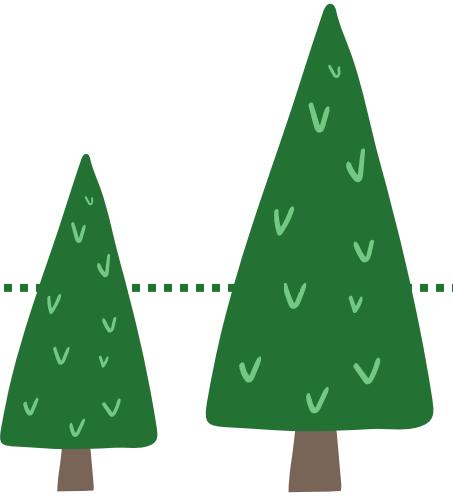
# ソフィア様 zoom セッション

## 《 K M I T p r o g r a m 》



# 1回目のテーマ

---

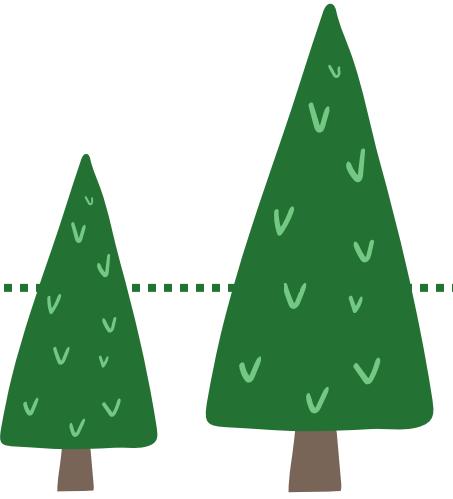


「目的明確化シート」の  
ご記入をありがとうございました！

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

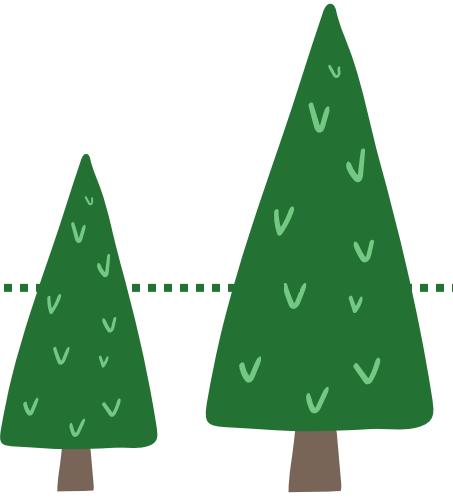
- ・「環境に縛られず、自分を生きる」という人生第2章を実践中。
- ・自分の経験と哲学を、一般の人でも理解しやすい形でサービス化したい。
- ・Instagramを通じて、自分の言葉を必要な人に届けたい（苦手意識ありつつも挑戦中）。

## ◎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。

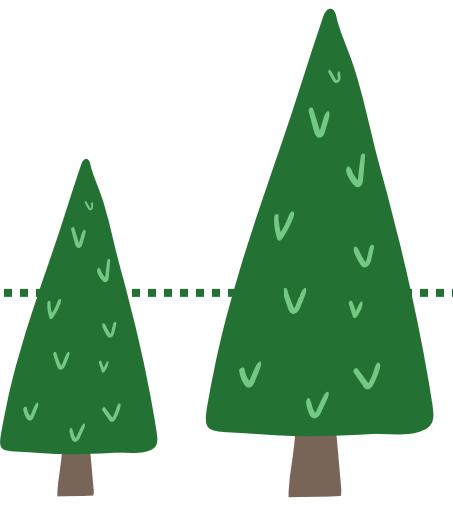
# 1回目のテーマ

---

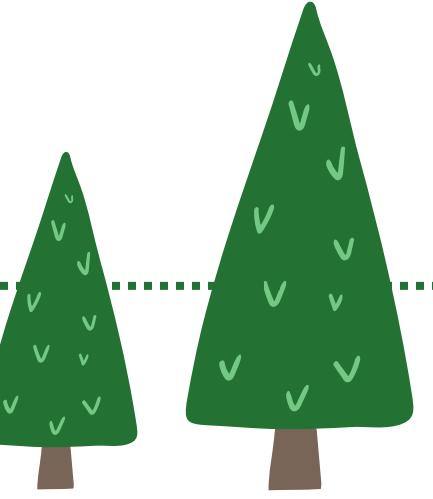


- ・自分の人生に意味があったと証明できるような“愛の届け方”を形にしたい
- ・その道に「一緒に歩いてくれる人がいる」という実感
- ・自分が進むべき方向が明確に見えること

# 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！ 

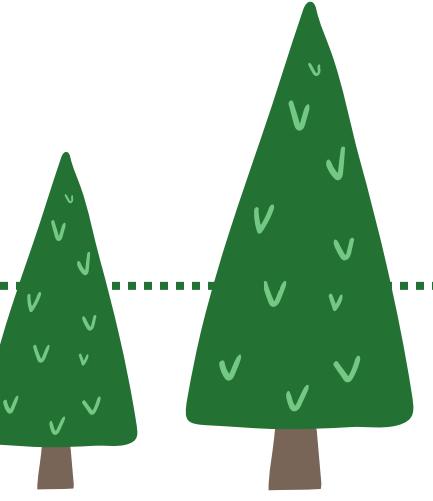


## 大事なマインド②【明確化・鮮明化・見える化】

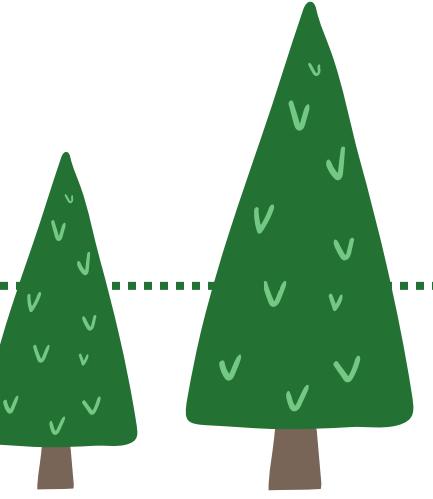
人は、抽象度が高いと動けない！  
(何を目指して、どう動けばいいか分からぬ)

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。





1.健康 (エネルギーッシュな身体・若さ・美)  
⇒ヴィジュット・ジャムワルのような健康美

2.人間関係 (愛し愛される信頼関係)  
⇒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・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

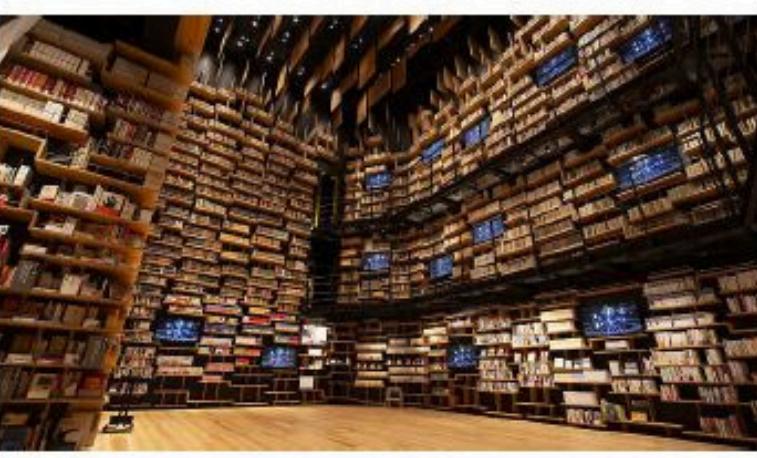
4.仕事 (目的・ビジョン・価値観に合っている)  
⇒ミッションコーチング・垂訓出版

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 (愛し愛される信頼関係)
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

願望の明確化コーチング&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？



