

夢実現コーチングのポイント

2024年5月の夢実現コーチングは、

「だいじょうぶ！ オール OK！ いいことあるよ！」です。

いよいよ、ゴールデンウィークも終わりました。これから運動会ですね。

新学期から1ヶ月がたち、新しい環境で頑張りがすぎて、疲れが出てくるのもこの頃です。

そんな時、子どもが周りの大人(家族や教師)から、「だいじょうぶ！ オール OK！ いいことあるよ！」と言われたら、どんな気持ちがするでしょうか。大人も同じです。周りの人からこんな言葉を言われたら、自分を認めてもらった上に励ましてもらって、とても嬉しくなるのではないのでしょうか。

このように、肯定的でポジティブな未来を表す言葉を、家族や教師からかけられた子どもは、自己肯定感が高くなり、ポジティブな思考が身につきます。そうなれば、自分の本来もっている力が最大限に発揮されるようになっていきます。

しかし、そのような言葉を言ってくれる大人は、そう多くはありません。

だからこそ、このような言葉を自分自身に繰り返し言って、セルフコーチングすればいいのです。夢実現コーチングは、単に人を励ますというものではありません。

肯定的でポジティブな未来を表す言葉で、人の潜在意識に働きかけ、夢実現に導くメソッドです。「だいじょうぶ！ オール OK！ いいことあるよ！」と、子どもや自分自身に繰り返し言うと効果絶大です。「だいじょうぶ！ オール OK！」の言葉で子どもや自分をまるごと認め、「いいことあるよ！」で未来を現実化していく夢実現コーチングのメソッドを試してみられませんか。(コーチングの言葉を印刷して、目につくところに貼っておくだけでも意識が前向きになり、効果があります。)