

夢実現コーチング「コーチングのポイント」

2024年8・9月の夢実現コーチングは、自分らしく生きる言葉

「あいのままの自分でだいじょうぶ！自分らしく素直に生きればだいじょうぶ！」です。

楽しかった夏休みが終わり、この時期は気持ちが沈んでいる子ども達もいることと思います。

そのような子ども達の気持ちに寄り添うことは、とても大切です。

コーチングの言葉は、人を励ましたり、勇気づけたりする言葉だけだと思われがちですが、人の心を癒やす言葉や人の気持ちに寄り添う言葉もあります。



コーチングのコーチ(COACH)とは、馬車を表す言葉で、「大切な人を目的地まで送り届ける伴走者の役割」を表しているのです。子ども達の気持ちに寄り添い、それぞれの夢の実現をサポートしていきたいものです。

「あいのままの自分でだいじょうぶ！自分らしく素直に生きればだいじょうぶ！」
と、子どもの心に寄り添い、サポートしていきましょう。

また、セルフコーチングで自分自身にこの言葉をかければ、自分も元気が出てきます。子ども達の前に、一番応援しなければいけないのは、自分自身かもしれません。自分自身が元気でなかったら、人を元気にすることはできないからです。

子どもの心に寄り添う言葉で、一人一人の心を癒やしていきましょう。
それが、それぞれの生きる力になり、夢の実現につながっていくことでしょう。

自分の人生、自分の心に素直に、自分らしく生きていきましょう！