

夢実現コーチングのポイント

11月の東小の夢実現コーチングは、まほうの言葉

「いいね！ いいね！ めっちゃいい！ 最高！」です。

インスタやYouTube等のSNSには、「いいね！」のマークがあります。

投稿する人たちは、みんな「いいね！」をもらうために一生懸命です。それはなぜでしょうか。

それは、全ての人に「認められたい」・「ほめられたい」という承認欲求があるからです。

アメリカの心理学者マズローは、人間の欲求は5段階のピラミッドのように構成されていると唱えました。

第1段階・・・生理的欲求(生きていくための本能的な欲求で、食欲・睡眠等です。)

第2段階・・・安全の欲求(安全で安心した暮らしがしたいという欲求です。)

第3段階・・・社会的欲求(集団に所属したり、仲間を求めたいする欲求です。)

第4段階・・・承認欲求(人に認められたい・ほめられたいという欲求です。)

第5段階・・・自己実現の欲求(自分の夢や目標を実現したいという欲求です。)

みなさんは、「いいね！いいね！めっちゃいい！最高！」と言われたら、どんな気持ちになりますか。

ほとんどの人は、自分を認められ、ほめられて、とてもいい気持ちになるのではないのでしょうか。

認めてほめることは、承認欲求を満たし、自己肯定感や自己重要感をストレートに高めます。

魔法の言葉「いいね！いいね！めっちゃいい！最高！」と言葉にすることで、

承認欲求が満たされ、自己肯定感や自己重要感は、ぐんぐん高まります。

学校や家庭を、この魔法の言葉で一杯にすれば、みんなが最高の力を発揮し

始めます。クラスや家庭を、魔法の言葉で一杯にしてみませんか。