

夢実現コーチングのポイント

6月の夢実現コーチングは、自己肯定感を高める言葉

「いいね！ いいね！ その調子！ 応援してるよ！」です。

子どもが、「いいね！ いいね！ その調子！」と言われたらどんな気持ちがするでしょうか。そう言われたら、認められて嬉しくなるのではないのでしょうか。その上、「応援してるよ！」と声をかけられたら、もっと頑張りたいくなることでしょう。



全ての人には、「認められたい」・「ほめられたい」という承認欲求があります。

人に認められたい・ほめられたいという承認欲求は、人間の基本的な欲求です。それが満たされると、より高次の自己実現の欲求に向かいます。自分の夢や目標を実現したいという欲求です。

大人は、子どもに「夢や目標を持ちなさい！」という前に、子どもを十分に認めたい、ほめたいすることが大切ですね。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。自己肯定感を高める言葉「いいね！ いいね！ その調子！」「応援してるよ！」と認め励ますことで、子どもの承認欲求は満たされ、自己肯定感や自己重要感は、ぐんぐん高まります。

また、「いいね！ いいね！ その調子！」の後に、そのわけを付け加えると最高のコーチングになります。例えば、「いいね！ いいね！ その調子！ 集中していて最高！」、「いいね！ いいね！ その調子！ 掃除の仕方が素晴らしい！」等です。そして、最後に「いつも応援しているよ！」です。そうすれば、子どもは安心して、自分の最高の力を発揮し始めることでしょう。