

夢実現コーチング 「コーチングのポイント」

12月の夢実現コーチングは、

「夢をかなえよう！ You can do it！ きみなら できる！」です。



皆さんの夢は、何ですか。子どもたちも、それぞれにたくさんの夢があり、その夢の実現のために日々努力していることでしょう。

ウォルト・ディズニーは、「夢見ることができれば、それは叶う！」(If you can dream it, you can do it!)という名言を遺しています。昔、人々が持っていた「遠く離れている人と顔を見て話したい！」という夢は、テレビ電話やオンライン会議等で実現されていますし、自動車の自動運転の夢もすぐそこまで来ています。ウォルト・ディズニーの言葉のように、人間は様々なことを夢見て、それを実現させて来ました。

では、どうやって夢を実現させればいいのか。その鍵となるのが自分の潜在意識への働きかけです。心理学では、人間の意識には「顕在意識」と「潜在意識(無意識)」の2つがあるとされていて、潜在意識が95%以上を占めているというのが定説です。そして、潜在意識は夢を実現させるすごい力を持っていると言われています。

そこで、夢実現コーチングの言葉の活用です。

「夢をかなえよう！ You can do it！ きみなら できる！」と言うことで、そのメッセージがダイレクトに脳(顕在意識)に伝わり、何度も繰り返して言うことで潜在意識にまで伝わります。そうすれば、潜在意識のすごい力が発揮され、夢の実現に近づきます。言葉は、未来スイッチなのです。

「You can do it！」「きみなら できる！」の言葉を試してみませんか。