

JCAT 6月19日勉強会報告【基礎シリーズ(承認)】

コーチングの基礎シリーズ2回目は「承認」がテーマ。
今回はゲストに、JCATの会員でもある山田淳子さんをお迎えして実施しました。

淳子さんは、(株)アツコバウンス代表取締役、国際コーチ連盟マスター認定コーチ。
アクティブ・ブレイン・セミナー認定講師 でもある淳子さんならではのセミナー内容。

「承認」と「褒める」は違う？それとも同じ？
あなたは何と言われたら嬉しい？
相手にとって言われて嬉しい言葉は？

なぜ承認が必要か、というお話の中では
ある地域の小学生が言われて嬉しい言葉についての紹介があり、
上位3つのひとつに衝撃を受けました。

それはお父さんたちが言われて嬉しい言葉とも共通していて
「お帰りなさい」

だそうです。
それはマズローの欲求五段解説の社会的所属の欲求そのもの。
お父さんや子供が帰ってきた時、

「あら、帰ってたの」なんて言わずに、愛情いっぱい
「お帰りなさい」と言いましょ。

誰かを愛することができるのは
愛された経験があることが前提。
無償の愛を与える親(大人)の存在はとても大切なのですね。

自分にOKを出せるような自分にならな(成長しな)ければ、
社会や周囲の人に受け入れられない
と思いませんか？

ありのままの、そこに存在する自分が「愛されている」と感じることの大切さをしみじみ
教えていただいた時間でした。

ハッとさせられたことや学びも深かったのですが、
何より、淳子さんご自身の苦しむ人を減らし

全ての人をしあわせに、という思いのこもった「承認」の内容は、
場そのものがまさに「愛」でした。

淳子さん、ご一緒させていただいた皆さん、
とても素敵な時間をありがとうございました。