

※音声記事は除外しております。

## ■ 自分らしく、自信を付けていく為のコンテンツ

### ● 8月11日【好きなことに下積みは要るのか？】

⇒ 纯粹経験… 哲学者・西田幾多郎が提唱。思考によって主体(主観)と客体(客観)が分かれる前の、対象と自分の感覚が渾然一体となった経験。西田哲学においては自分と世界との区別は思考によって起こるとされる。

### ● 8月2日【自分の言葉に頼らない】

⇒ セルフトーク… 自分の中で起こる心の声。セルフイメージの形成に大きな影響を与えるとされる。

## ■ 意識を把握するのに役立つコンテンツ

### ● 8月16日【好きなこととプライドの壁】

⇒ 役割性格… 現在与えられた役割に応じて構築された性格。  
・ 役割行動… ある役割を果たす為に、自分の意に反してまで取る行動。

### ● 8月5日【逃げてる人生とは】

⇒ カテゴリー錯誤… 異なるカテゴリーの事物を同列に並べて関係付けること。

## ■ 相談先に関するコンテンツ

### ● 8月18日【舵を切る場】

⇒ セミナーは舵を切る場… 「自己啓発セミナーに行っても何も変わらない」と言うお悩みがよくあるが、セミナーには知識を得る為のテクニック・ノウハウ習得の為のセミナーと、自分の在り方を見つめ直す為のセミナーの二種に大別される。

後者のタイプのセミナーの場合、自己成長や自己変革に関するものになるが、人間はそんなにすぐ変わるものではなく、ちょっとずつちょっとずつ変わるので、セミナーの場だけで大きな急激な変化は期待できないものである。

但し、アメリカのカリスマコーチ、ジム・ローンも言うように、セミナーとは言わば「舵を切る場」であり、自分の方向性を再検討し、決定して行く場である。一度舵を切りさえすれば、後は長い目で見て、人生は大きく変化するので、そういう場だと心得た方が、セミナーに臨むマインドセットとしては妥当と言える。勿論、一度舵を切った後に、舵をその方向に切り続けるのも自己責任である。

