

## 《企画書》

提出者 小太郎

【タイトル】 「でも」をやめればうまくいく

最短最速の潜在意識の書き換えは、登った人に道を聞くこと

### 【概要】

本企画は、先生と弟子の「絆」をテーマに、潜在意識に潜んでいる間違っただけの思い込みや固定概念を取り除きながら、個人の魅力を発掘し、必要とされる人になっていく過程について考える内容です。いろいろな情報が溢れ入手しやすい現代だからこそ、何のために生きるのか、誰のために働くのか、師弟関係の結束、絆がどのように人の思考の癖を変え、信じる心を強くし、行動するきっかけになるのかを具体的なエピソードとともにお伝えします。読者の皆さまが、人のつながりを見直し、小さな実践を継続することで、夢を実現するためのヒントを見つけていただける一冊です。絆の大切さを再確認し、自分の可能性をどう広げていくのかを、寄り添いながら後押しする本でありたいと願っています。

### 【想定する読者ターゲット】

- ① 20～50代の男女
- ② 話し方やコミュニケーションで悩んでいる人
- ③ 先生、講師業、プロコーチを目指す人
- ④ 夢が見つかり実現したい人
- ⑤ 応援したい人がいる人

### 【構成案】

#### 第1章 一冊の本の出会いから

- ・違和感は心のメッセージ
- ・感情や思いを言語化する
- ・なりたい自分を見つける

#### 第2章 誰と出会い、何を信じるか

- ・理想のゴール設定をする
- ・自分の現在地を認識する
- ・言葉と思考が未来を創る

#### 第3章 自分の常識を書き換える

- ・モヤモヤざわざわの向き合い方
- ・心と思考の仕組み（潜在意識）を知る
- ・先生、仲間の存在と環境

#### 第4章 想いと言葉と行動を一致させる

- ・在り方と自分の軸を整える
- ・毎日、継続する仕組みをつくる

・なりたい自分になるための実践ステップ

#### 第5章 絆とつながりがもたらす未来の扉

- ・これまでの経験が、他者貢献と社会貢献につながる
- ・親は子の成長を願い喜び、子は永遠に親を尊敬する
- ・恩を送り、恩を返すことで愛と思いやりに溢れた未来へ

### 【サンプル原稿】

「でも」をやめればうまくいく

#### 第2章 誰と出会い、何を信じるか

人の悩みの大半が人間関係による悩みだと言われています。また、現在社会では核家族化が進むこともあり、人のつながりが気薄になってきています。それによって信頼関係も失われつつあり、自分の気持ちや思いを言語化し、発することが難しいと感じる人も少なくありません。また、情報や誰かの正解に振り回され、何のために生きるのか、何のために働くのか、何のために関わるのか見失ってしまうことも稀ではなくなっています。

□安心して相談できる人の存在

自分の可能性を広げるには、固定観念や自己概念を認識するところから始まります。

自己分析、自己理解をしながら、他者との関係を知って、円滑なコミュニケーションを図るために考案された「ジョハリの窓」。盲点の窓を開くには、他者からの見え方を知ることが必要です。しかし、誰でもいいわけではありません。目上の人や、育ててくれる人、登った人に聞くのが効果的です。

しかし、その人がマイナスな言葉や否定的な言葉など、相手が求めていることを伝えるのは関係性が良くなるどころか悪化します。

安心して話せる人はどんな人なのか、心の安全基地をみつけることが大切です。

どんな人に依頼するかの選択権は自分にあります。

□ご縁とつながりによって人生は大きく変わる

一人の専業主婦が先生と出会ったことで、人生が540度変わった経験談を紹介します。

平凡な主婦が、親友が病気で亡くなったこと、娘が学校から泣いて帰ってくることで、自分に無力さを感じ、大切な人を守りたい、強くなりたいと思ったことから物語は始まります。

京都の田舎に住む主婦と東京の都会に住む先生。東京で出会い、教わることができたのは、直感を信じ行動したからです。

悩み、落ち込み、挫けそうになっても、夢をあきらめず、歩み続けてこられたのは、なりたいたい自分を先に見せ続けてくれた先生の存在感と影響力。

物事の捉え方、考え方を変えることができたのは、心と思考の仕組みを教わり、体験、経験をしたことで、発表し報告する場所を提供してくれたからです。

これらを通して、自分に自信がない、目立つのが嫌で、何もなかった主婦が、命を賭けてでも叶えたい夢ができ、行動し続けることができました。

この出来事は、先生と弟子の信頼構築と絆が深まることで、想像を超えた未来を切り開いていくことを可能にした例といえるでしょう。

□最短最速の潜在意識の書き換えは、登った人に道を聞くこと

私たちは日常生活の中でどのようにして登った人に会い、教えを受け続けることができるのでしょうか？ ここで、いくつかの具体的なステップを提案します。

① 憧れの人、モデルを探す。

身近な人、著名人、芸能人、歴史上の人物から、こんな生き方してみたいと思う人、数人を挙げ書き出します。続いて、なぜ、憧れるのか、尊敬するのか理由を言語化します。

② 直感を信じ行動する。

目の前に起こることをチャンスと捉えるかどうかです。しかし、チャンスの顔をしてお試しテストもやってきます。その見分け方は、「愛からくるもの」か「恐れによるもの」です。

③ 未来のゴール設定をする。

小さな一歩を踏み出すにも、目的を明確にすることが大切です。動いていながら見つかることもあります。その場合の目的は、「ゴールを見つける」ことがゴール設定になっています。「何のために、どこへ向かうのか」という目的地を設定することで、いま、できることは何か気づくことができます。

④ 応援してくれる仲間と関わる。

なりたい自分や、たどり着きたいゴールがわからない人は、頑張っている人を応援することです。仲間の存在によって、勇気づけられたり、励みになります。また、共に関わっていく中で、自分のできること、やりたいことも見つかっていきます。

⑤ 心と思考の仕組みを知る。

車の免許を取得し運転できるようになるには、運転の技術だけではなく、道路交通法や、車の仕組みを知っておくことも大切なことです。それと同じで、人と関わりながら、自分らしく生きるには、自分と他人の違いを知ることと、受け取る力が必要です。自分や他人の感情に流されない自分の軸や対応力も磨かれます。

⑥ 発表する場所がある。

学びにおいて一番身になる方法は、人に伝える、教える立場になった時です。

⑦ 恩と感謝を忘れない。

成長し常識が変わると、それが当たり前になってきます。土台が崩れるとビルが崩れるように、人間においての基礎、基盤は、産んで育ててくれた親、教え導いてくれた師など、関わってくれた人の存在とつながりです。お陰様の精神が土台を強化します。

本書では、縦のつながりから信頼を構築し絆を深めることと、目の前に起こる出来事実践できる方法を先生と弟子の会話のやりとりからお伝えします。

ヒト、モノ、コトの縁を大切に活かしていくことで、充実感に溢れ、社会は明るく拡がり、笑顔と感動に満ちたものとなります。いま、自分自身に起こる出来事や、人のつながりを

見直し、なりたい自分になると決め、一歩踏み出すことで、想像をはるかに超えた未来が訪れることでしょう。

[以上となります。よろしくお願いいたします]